

pondělí 12. května 2025

snídaně	Špaldový muffin s restovanou šunkou a hráškem
svačina (dopolední)	Tvarohová směs s jáhlami a oSTRUŽINAMI
oběd	Hovězí kousky s omáčkou z paprik, brambory
svačina (odpolední)	Dip s provensálskými bylinkami a výhonky, ředkev
večeře	Pomalů pečené krůtí maso s quinou

úterý 13. května 2025

snídaně	Pečený müsli dezert se šlehaným tvarohem
svačina (dopolední)	Žervé s celerovými hranolkami a trojhránky
oběd	Pečený okoun s bylinkovým přelivem, celozrnné těstoviny
svačina (odpolední)	Carpaccio z červené řepy se slunečnicovými semínky
večeře	Vepřové nudličky na cuketě, šťouchané brambory

středa 14. května 2025

snídaně	Frittata s kukuřicí, pečivo
svačina (dopolední)	Malinový krém
oběd	Drůbeží roláda se sýrem a brokolicí, barevná rýže
svačina (odpolední)	Okurkové tzatziki, knuspi
večeře	Hovězí kostky s žampiony, celozrnné penne

čtvrtek 15. května 2025

snídaně	Pomazánka budapeštská, okurky, kornbageta
svačina (dopolední)	Rukolový cottage s uzeným tofu, tyčinky
oběd	Krůtí maso s fazolkami, bulgur
svačina (odpolední)	Čokoládový proteinový nápoj, ořechy se sušeným ovocem
večeře	Losos s pečenými batáty a dresinkem

pátek 16. května 2025

snídaně	Sendvič s vajíčkovou pomazánkou a avokádem, cherry rajčata
svačina (dopolední)	Kořeněné švestky se strouhaným tvarohem
oběd	Vepřové nudličky s mascarponovo-chřestovou směsí, kuskus
svačina (odpolední)	Sýrový mix s ořechovým dipem, kedlubna
večeře	Dušené kuřecí maso s mrkví, rýže

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

Jídelníček s nutričními hodnotami najdete na www.zdravestravovani.cz/jidelnicek