

Monday 14. September 2026

breakfast	Míchaná vejce s uzeným sýrem, salát s granátovým jablkem, pečivo
snack (morning)	Malinový jogurt s mátou
lunch	Hovězí maso v rajčatové omáčce se zázvorem, divoká rýže
snack (afternoon)	Tvarohová pomazánka s parmazánem, barevná mrkev, trojhránky
dinner	Kuřecí konfit s žampiony, bramborová kaše

Tuesday 15. September 2026

breakfast	Ovesná kaše s lesním ovocem a pistáciemi
snack (morning)	Carpaccio z červené řepy s mozzarellou
lunch	Pečený okoun s bylinkovým přelivem, celozrnné těstoviny
snack (afternoon)	Zapečený toust s Heroldem a šalotkou, meloun
dinner	Krůtí nudličky na pórku, barevná quinoa

Wednesday 16. September 2026

breakfast	Vejce s dipem z pečených paprik, okurky, chléb
snack (morning)	Pomazánka s nivou a česnekem, ředkev, křehké pečivo
lunch	Tortilla plněná špenátem a vepřovým masem
snack (afternoon)	Jahody s vanilkovým krémem
dinner	Králičí hřbet na víně s kořenovou zeleninou, kuskus

Thursday 17. September 2026

breakfast	Cibulkový krém s čedarem, cherry, pečivo
snack (morning)	Panzanella s kapary a vejcem
lunch	Kuřecí roláda se šunkou a kozím sýrem, šťouchané brambory, celerový salát
snack (afternoon)	Dezert s ostružinami a marakujovým přelivem
dinner	Losos na salátu z černé čočky

Friday 18. September 2026

breakfast	Pomazánka se sušenými rajčaty, pečivo
snack (morning)	Kořeněné švestky se strouhaným tvarohem
lunch	Salát s trhaným krůtím masem a dresinkem
snack (afternoon)	Cottage se šunkou, rohlíček
dinner	Celozrnné špagety s citrónovým vepřovým masem

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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