

Monday 17. November 2025**Tuesday** 18. November 2025

breakfast	Pečený müsli dezert se šlehaným tvarohem
snack (morning)	Šunková rolka, meloun, chléb
lunch	Vepřové medailonky s hráškově-mátovým pyré, batáty
snack (afternoon)	Cottage s bylinkami, salát, tyčinky
dinner	Celozrnné těstoviny al pomodoro s kuřecím masem

Wednesday 19. November 2025

breakfast	Bageta s cibulkovou směsí a vejcem, ředkev
snack (morning)	Borůvkový krém s lískovými ořechy
lunch	Krůtí nudličky se žampiony a brokolicí, kuskus
snack (afternoon)	Šunka s mozzarellou a cherry, knuspi
dinner	Losos na způsob Teriyaki s rýží

Thursday 20. November 2025

breakfast	Pomazánka s mandlemi a ementálem, ledový salát, pečivo
snack (morning)	Okurkovo-ředkvičkový salát se sýrem
lunch	Fazolový guláš s hovězím masem, pita
snack (afternoon)	Ostružinový jogurt s dobrou vlákninou
dinner	Krůtí kostky s mascarponovo-cuketovou omáčkou, bulgur

Friday 21. November 2025

breakfast	Vaječná omeleta s květákem, paprika, náš chléb
snack (morning)	Bílý jogurt se sladkým šmakounem
lunch	Celozrnné těstoviny se špenátovou krémovou omáčkou a krevetami
snack (afternoon)	Koprový dip se lněným semínkem, kedlubna, pečivo
dinner	Vepřové maso s bramborami a restovanou zeleninou, fitness tatarka

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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