

pondělí 21. července 2025

snídaně	Míchaná vejce s hráškem a jarní cibulkou, ředkvičky, chléb
svačina (dopolední)	Tvarohová směs s jáhlami a oSTRUŽINAMI
oběd	Masová sekaná s bramborovou kaší, kyselé okurky
svačina (odpolední)	Avokádová salsa se šunkou, trojhránky
večeře	Králičí hřbet na víně s kořenovou zeleninou, rýže

úterý 22. července 2025

snídaně	Pomazánka se sušenými rajčaty, dřevorubecká bageta
svačina (dopolední)	Jahody s vanilkovým krémem
oběd	Celozrnné špagety s citrónovým kuřetem
svačina (odpolední)	Cizrno-brokolice placičky
večeře	Okoun s koprovou omáčkou, bulgur

středa 23. července 2025

snídaně	Ananas s medovým krémem a ořechy
svačina (dopolední)	Zapečený toust s Heroldem a šalotkou, barevná paprika
oběd	Krůtí plátek s chřestovou omáčkou, batáty
svačina (odpolední)	Mrkvový dip, ledový salát, knuspi
večeře	Vepřové maso s pečeným květákem, kuskus

čtvrtek 24. července 2025

snídaně	Bageta s bazalkovým pestem a vejcem, cherry rajčata
svačina (dopolední)	Proteinový nápoj s lesním ovocem
oběd	Červené thajské kari s krevetami, jasmínová rýže
svačina (odpolední)	Rukolový cottage, tyčinky, zeleninové hranolky
večeře	Kuřecí palička s pečenou zeleninou a bramborami

pátek 25. července 2025

snídaně	Pomazánka z lučiny a restované šunky, barevná mrkev, naše pečivo
svačina (dopolední)	Pestrý salát se strouhaným tofu a dresinkem
oběd	Tortilla s trhaným vepřovým masem a mangovým dresinkem
svačina (odpolední)	Monte dezert
večeře	Krůtí nudličky s houbami a špenátem, těstoviny

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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