

Monday 21. July 2025

breakfast	Míchaná vejce s hráškem a jarní cibulkou, ředkvičky, chléb
snack (morning)	Tvarohová směs s jáhlami a oSTRUŽINAMI
lunch	Masová sekaná s bramborovou kaší, kyselé okurky
snack (afternoon)	Avokádová salsa se šunkou, trojhránky
dinner	Králičí hřbet na víně s kořenovou zeleninou, rýže

Tuesday 22. July 2025

breakfast	Pomazánka se sušenými rajčaty, dřevorubecká bageta
snack (morning)	Jahody s vanilkovým krémem
lunch	Celozrnné špagety s citrónovým kuřetem
snack (afternoon)	Cizrno-brokolice placičky
dinner	Okoun s koprovou omáčkou, bulgur

Wednesday 23. July 2025

breakfast	Ananas s medovým krémem a ořechy
snack (morning)	Zapečený toust s Heroldem a šalotkou, barevná paprika
lunch	Krůtí plátek s chřestovou omáčkou, batáty
snack (afternoon)	Mrkvový dip, ledový salát, knuspi
dinner	Vepřové maso s pečeným květákem, kuskus

Thursday 24. July 2025

breakfast	Bageta s bazalkovým pestem a vejcem, cherry rajčata
snack (morning)	Proteinový nápoj s lesním ovocem
lunch	Červené thajské kari s krevetami, jasmínová rýže
snack (afternoon)	Rukolový cottage, tyčinky, zeleninové hranolky
dinner	Kuřecí palička s pečenou zeleninou a bramborami

Friday 25. July 2025

breakfast	Pomazánka z lučiny a restované šunky, barevná mrkev, naše pečivo
snack (morning)	Pestrý salát se strouhaným tofu a dresinkem
lunch	Tortilla s trhaným vepřovým masem a mangovým dresinkem
snack (afternoon)	Monte dezert
dinner	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