

pondělí 22. dubna 2024

snídaně	Pomazánka s pistáciemi, kedlubna, chléb
svačina (dopolední)	Rajčatový salát s balkánským sýrem a olivami
oběd	Vepřové maso v pomerančové marinádě s paprikami, sezamová rýže
svačina (odpolední)	Bílý jogurt se sladkým šmakounem
večeře	Krůtí konfit se žampiony, štouchané brambory

úterý 23. dubna 2024

snídaně	Dvouzrná kaše s oSTRUŽINAMI a kokosovými plátky
svačina (dopolední)	Pórková polévka se semínky a čedarem
oběd	Masové kuličky s rajčatovou salsou, quinoa
svačina (odpolední)	Řepová pomazánka se šunkou a goudou, tyčinky
večeře	Treska s restovanou zeleninou a dresinkem

středa 24. dubna 2024

snídaně	Omeleta s mozzarellou, bageta
svačina (dopolední)	Malinový krém s tvarohem s cereáliemi
oběd	Kuřecí nudličky s citronovou omáčkou, bulgur
svačina (odpolední)	Koprový dip s dýňovým semínkem, okurky, rohlíček
večeře	Hovězí kousky s fazolkami, batáty

čtvrtek 25. dubna 2024

snídaně	Sendvič se šunkou a rukolou, ředkvičky
svačina (dopolední)	Salát s melounem a kozím sýrem
oběd	Okoun s karotkou a kukuřicí, brambory
svačina (odpolední)	Kořeněné švestky se strouhaným tvarohem
večeře	Kuřecí maso se špenátem, kuskus

pátek 26. dubna 2024

snídaně	Rančérská vejce, pečivo
svačina (dopolední)	Borůvkový tvaroháček s pekany
oběd	Celozrné špagety s hráškovým pestem a krůtím prsem
svačina (odpolední)	Sýrová rolka s tymiánovým krémem, kukuřičník
večeře	Pomalou pečené vepřové maso, rýže

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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