

Monday 23. March 2026

breakfast	Mango s tvarohovým krémem a lívanečky
snack (morning)	Salát s melounem, salátem a kozím sýrem
lunch	Celozrnné špagety s krevetami, fazolkami a pečenými rajčaty
snack (afternoon)	Rolka s tymiánovým krémem, fitchléb
dinner	Španělský ptáček naruby, rýže

Tuesday 24. March 2026

breakfast	Frittata s kukuřicí, okurky, pečivo
snack (morning)	Jahodové keфіrové mléko
lunch	Pečená vepřová panenka s hráškovým pyrém
snack (afternoon)	Pečená dýně s rukolou a lněnými semínky, knuspi
dinner	Kuřecí kousky se žampiony a sójovou omáčkou, kuskus

Wednesday 25. March 2026

breakfast	Pečivo se šunkou a libečkovým krémem, ředkvičky
snack (morning)	Sýrový tatarák s hráškovými výhonky, salát, tyčinky
lunch	Krůtí kousky v kokosu, jasmínová rýže
snack (afternoon)	Dezert s quinoou a borůvkami
dinner	Segedínský guláš, celozrnné těstoviny

Thursday 26. March 2026

breakfast	Pomazánka s pistáciemi, bageta
snack (morning)	Chia jogurt s višněmi a vanilkovou příchutí
lunch	Zapečené batáty se špenátem a hovězím masem
snack (afternoon)	Olivový cottage, tyčinky
dinner	Krůtí nudličky s glazovanou řepou, špalda

Friday 27. March 2026

breakfast	Zapečená vejce s čedarem, chléb
snack (morning)	Petrželkový krém, salát, trojhránky
lunch	Kuřecí kousky na paprice, bulgur
snack (afternoon)	Dezert stracciatella s lesním ovocem
dinner	Rybí kuličky s omáčkou a pečenými brambory, rajčatová salsa

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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