

Monday 23. June 2025

breakfast	Hermelín s brusinkovou florou, okurka, pečivo
snack (morning)	Cottage s kukuřicí, salát, knuspi
lunch	Kuřecí plátek s chřestem a sýrovou směsí, šťouchané brambory
snack (afternoon)	Dezert s oSTRUŽINAMI a arašídovým máslem
dinner	Vepřové ragú s těstovinami

Tuesday 24. June 2025

breakfast	Omeleta s mozzarellou, ředkvičky, kornbageta
snack (morning)	Salát s melounem, rukolou a kozím sýrem
lunch	Hovězí maso s míchanou zeleninou, rýže
snack (afternoon)	Dezert s quinoou a jahodami
dinner	Losos na způsob Teriyaki, kuskus, salsa s olivami

Wednesday 25. June 2025

breakfast	Dvouzrnná kaše s borůvkami a kešu
snack (morning)	Sýrová rolka se semínky, tyčinky
lunch	Cuketovník s vepřovými výpečky a dušeným zelím
snack (afternoon)	Tvarohová pomazánka s nivou a česnekem, mrkev, chléb vitamínek
dinner	Krůtí kostky na paprice, zlatá rýže

Thursday 26. June 2025

breakfast	Houbová smaženice, polníček, žitný chléb
snack (morning)	Mangový jogurt s chia
lunch	Těstovinový salát s krevetami a koprem
snack (afternoon)	Bramborový muffin se šunkou a čedarem, kedlubna
dinner	Pečené kuřecí maso s mrkvovo-hrachovým pyré

Friday 27. June 2025

breakfast	Brokolicová pomazánka s šunkou, salát, náš chléb
snack (morning)	Malinový krém s tvarohem s cereáliemi
lunch	Krůtí kousky s citronovou omáčkou, bulgur
snack (afternoon)	Rajská polévka s dýňovými semínky a parmazánem
dinner	Hovězí nudličky se špenátem a karamelizovanou cibulí, pečené brambory

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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