

Monday 24. November 2025

breakfast	Míchaná vejce s pórkem, salát, pečivo
snack (morning)	Medový cottage s jablky a skořicí
lunch	Hovězí maso s červenou řepou a balkánem, bulgur
snack (afternoon)	Krém s pečeným česnekem a ořechy, pečivo
dinner	Pražma na sezamu se zeleninou a brokolicovým pyré

Tuesday 25. November 2025

breakfast	Bramborový muffin s kukuřicí a sýrem, ředkvičky
snack (morning)	Tyčinky s mátovou pěnou, čekanka
lunch	Salát se sójovými boby, sýrem a vepřovým masem
snack (afternoon)	Jahodový jogurt s mandlemi
dinner	Kuřecí maso v pomerančové marinádě s paprikami, kuskus

Wednesday 26. November 2025

breakfast	Špenátová pomazánka, cherry rajčata, náš chléb
snack (morning)	Švestkový dezert s vlašskými ořechy
lunch	Tortilla s krutím masem a červeným zelím
snack (afternoon)	Pečivo se sýry a salátem
dinner	Hovězí maso s odlehčenou svíčkovou omáčkou, rýže

Thursday 27. November 2025

breakfast	Vejce s dipem z pečených paprik, okurky, žitný chléb
snack (morning)	Tvaroh na slano, salát, knuspi
lunch	Treska s pistáciovým pestem, pečené brambory
snack (afternoon)	Proteinový nápoj, sušené ovoce
dinner	Krutí maso s fazolkami, špalda

Friday 28. November 2025

breakfast	Ovesná kaše s borůvkami, para ořechy a strouhanou čokoládou
snack (morning)	Carpaccio z červené řepy s mozzarellou
lunch	Dušené kuřecí maso s mrkví, rýže
snack (afternoon)	Ricottový dip s ořechy a čerstvým sýrem, pečivo
dinner	Jelení maso na víně, šťouchané brambory

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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