

pondělí 25. srpna 2025

snídaně	Vaječná omeleta s květákem, cherry rajčata, bageta
svačina (dopolední)	Teplá cuketová směs s balkánským sýrem
oběd	Okoun s krémovým pórkem, šťouchané brambory
svačina (odpolední)	Tvaroh s ricottou a malinami
večeře	Krůtí kostky na paprice, bulgur

úterý 26. srpna 2025

snídaně	Pomazánka s vepřovým masem a řeřichou, salát, chléb
svačina (dopolední)	Houbová polévka se sýrem
oběd	Drůbeží paličky s černou čočkou a hořčično-okurkovou salsou
svačina (odpolední)	Dezert stracciatella s lesním ovocem
večeře	Hovězí maso v rajčatové omáčce se zázvorem, divoká rýže

středa 27. srpna 2025

snídaně	Cottage s ementálem, okurka, naše pečivo
svačina (dopolední)	Jogurt se švestkovým šmakounem a chia
oběd	Celozrnné těstoviny s hráškovým pestem a vepřovým masem
svačina (odpolední)	Šunka s vejcem, bylinkový dip, meloun, trojhránky
večeře	Filé s jogurtem v parmazánu, salát z pekingského zelí, pažitkové brambory

čtvrtek 28. srpna 2025

snídaně	Vajíčková směs s uzeným sýrem, salát, náš chléb
svačina (dopolední)	Fitness tatarka, kedlubna
oběd	Burger s čedarem a salsou Taco
svačina (odpolední)	Kakaový dezert s goji
večeře	Kuřecí roláda se sýrem a brokolicí, kuskus

pátek 29. srpna 2025

snídaně	Zapečená ricotta s jahodovo-mátovým přelivem
svačina (dopolední)	Řepová pomazánka se šunkou a sýrem, tyčinky
oběd	Čínské krůtí Kung Pao, rýže
svačina (odpolední)	Listové saláty s madelandem a granátovým jablkem
večeře	Celozrnné těstoviny s vepřovým masem a špenátem

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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