

pondělí 27. července 2026

snídaně	Francouzská omeleta, salát, pečivo
svačina (dopolední)	Mangovo-limetkový tvaroh s chia
oběd	Špalda s vepřovým masem, cizrnou a sušenými švestkami
svačina (odpolední)	Řepová pomazánka se sýrem, tyčinky
večeře	Kuřecí maso s cibulovou omáčkou, šťouchané brambory

úterý 28. července 2026

snídaně	Ovesná kaše s malinovým tvarohem
svačina (dopolední)	Restované žampiony s kvěťákem a sýrovými chipsy
oběd	Pečená krůtí prsa s petrželkovou krustou, bulgur se zeleninou
svačina (odpolední)	Dip z uzeného tofu, kedlubna, chléb
večeře	Těstovinový salát s vejcem a uzeným lososem

středa 29. července 2026

snídaně	Pomazánka se šmakounem, ředkev, špaldový chléb
svačina (dopolední)	Ovocný krém s lískovými ořechy
oběd	Kuřecí maso s pečeným celerem a batátovou kaší
svačina (odpolední)	Bramborový muffin se šunkou a čedarem, paprika
večeře	Burger se zelenými fazolkami, pita

čtvrtek 30. července 2026

snídaně	Bageta s vajíčkovo-avokádová pomazánka, meloun
svačina (dopolední)	Cottage s kukuřicí, polníček, knuspi
oběd	Tuňákové placičky s naší tatarkou, pečené brambory
svačina (odpolední)	Borůvkový dezert s datlovým sirupem a pekany
večeře	Vepřový plátek s paprikovým čatní, kuskus

pátek 31. července 2026

snídaně	Hrášková pomazánka se šunkou, bageta
svačina (dopolední)	Jahodový dezert s čokoládou
oběd	Hovězí na způsob Stroganov, rýže
svačina (odpolední)	Letní zeleninový salát s mozzarellou a dresinkem
večeře	Krůtí roláda s čedarem a rukolou, bulgur

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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