

pondělí 29. dubna 2024

snídaně	Pomazánka z lučiny a restované šunky, farmářský chléb
svačina (dopolední)	Tvaroháček s rybízem a čokoládou
oběd	Hovězí kousky s omáčkou z paprik, rýže
svačina (odpolední)	Křehké pečivo se sýry, salát
večeře	Losos s tzatziki, pečené brambory

úterý 30. dubna 2024

snídaně	Frittata s květákem, bageta
svačina (dopolední)	Tyčinky s křenovou pěnou, zelenina
oběd	Krůtí prsa na medu, mátový dresink, směs listových salátů
svačina (odpolední)	Ricotta s oSTRUŽINAMI a marakujovým pyrÉ
večeře	Vepřové maso s mascarpone-cuketovou omáčkou, zlatá rýže s adzuki

středa 1. května 2024

snídaně	Makové muffiny s višňovým krémem
svačina (dopolední)	Rajská polévka s dýňovými semínky
oběd	Kuřecí roláda plněná olivami a mandlemi, bulgur s kukuřicí
svačina (odpolední)	Pomazánka s žervé, mrkev, kukuřičné trojhránky
večeře	Hovězí kousky s brokolicí, celozrnné těstoviny

čtvrtek 2. května 2024

snídaně	Míchaná vejce s pórkem, naše pečivo
svačina (dopolední)	Sýrová paštika s hráškovými výhonky, kedlubnové hranolky
oběd	Zapečené brambory se špenátem a mletým masem
svačina (odpolední)	Malinový jogurt, dobrá vláknina, meloun
večeře	Krůtí nudličky se žampiony a sójovou omáčkou, kuskus

pátek 3. května 2024

snídaně	Pomazánka bylinková, chléb vitamínek
svačina (dopolední)	Mangovo-limetkový krém
oběd	Naše fettuccine s krevetami a zelenými fazolkami
svačina (odpolední)	Cottage se šunkou, křehké pečivo
večeře	Králičí hřbet na víně s kořenovou zeleninou, špalda

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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