

pondělí 30. března 2026

snídaně	Míchaná vajíčka s avokádem, bageta
svačina (dopolední)	Špenátová polévka s goudou
oběd	Krůtí s parmazánem a cibulovým čatní, šťouchané brambory
svačina (odpolední)	Kakaový dezert s goji
večeře	Vepřové kousky s omáčkou z cuket a žervé, rýže

úterý 31. března 2026

snídaně	Pomazánka s kuřecím masem a řeřichou, salát, pečivo
svačina (dopolední)	Mangový jogurt
oběd	Cizrnová kaše s hovězím masem
svačina (odpolední)	Cottage s vejcem a rukolou, trojhránky
večeře	Candát s kešu-tahini dipem, brambory, okurková salsa

středa 1. dubna 2026

snídaně	Ovocná granola, jahodový tvaroh
svačina (dopolední)	Salát se šmakounem, karambolou a krutony, dresink z podmáslí
oběd	Tortilla se zelenými fazolkami a kuřecím masem
svačina (odpolední)	Sýrovo-šunkový mix s oříšky, fitchléb
večeře	Marocké ragú s kuskusem

čtvrtek 2. dubna 2026

snídaně	Omeleta s medvědí česnekem, cherry rajčata, pečivo
svačina (dopolední)	Šlehaný skořicový dezert s jablky
oběd	Vepřové na žampionech, rýže
svačina (odpolední)	Pomazánka z pečených paprik, kedlubna, křehké pečivo
večeře	Krůtí roláda plněná brokolicí, bulgur, červená řepa

pátek 3. dubna 2026**Informace pro klienty**

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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