


pondělí 24. srpna 2026

snídaně	Tapiokový pudink s borůvkami a pistáciemi
svačina (dopolední)	Smoothie se špenátem
oběd	Barevná quinoa s panýrem a pomerančovým dresinkem
svačina (odpolední)	Jahodovo-mangový nápoj
večeře	Brokolicový salát s kukuřicí a vejcem

úterý 25. srpna 2026

snídaně	Meruňkovo-hruškové pyré s tvarohem a ořechy
svačina (dopolední)	Malinové smoothie s chia semínky
oběd	Zeleninový mix s červenou čočkou, tofu a piniemi
svačina (odpolední)	Melounová variace s mini mozzarellou
večeře	Salát s opečenými žampiony, sýrem a česnekovým dresinkem

středa 26. srpna 2026

snídaně	Vejce s dipem z pečených paprik, proteinové pečivo
svačina (dopolední)	Ananas s kokosem a oříšky
oběd	Salát s lososem a zeleným chřestem
svačina (odpolední)	Ovocný fresh
večeře	Kuskus s cherry rajčaty, parmazánem a olivami

čtvrtek 27. srpna 2026

snídaně	Pečivo s polníčkovým pestem a šunkou, salát
svačina (dopolední)	Šlehaný tvaroh s hruškami a skořicí
oběd	Hovězí maso se špenátem, štouchané brambory
svačina (odpolední)	Studená polévka z pečených paprik s vejcem
večeře	Nudle se zeleninou, tofu a arašídovou omáčkou

pátek 28. srpna 2026

snídaně	Jahodový krém s naší granolou
svačina (dopolední)	Míchaná zelenina s jogurtovým dresinkem
oběd	Kuřecí kousky s omáčkou z lučiny, kuskus
svačina (odpolední)	Olivová tapenáda s kapary a mini mozzarellou, bageta
večeře	Okoun s pomodoro směsí, pečené brambory

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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