

pondělí 10. srpna 2026

snídaně	Banánový chlebíček se sladkým žervé krémem
svačina (dopolední)	Carpaccio z červené řepy s rukolou
oběd	Robi nudličky s broskvemi, bulgur s adzuki
svačina (odpolední)	Trojhránky s uzeným sýrem, okurková salsa
večeře	Barevné fusilli se špenátem, sýrem a mandlemi

úterý 11. srpna 2026

snídaně	Zapečené quesadillas s kukuřicí, sýrem a avokádem, kedlubna
svačina (dopolední)	Tvaroh s lesním ovocem a chia
oběd	Brokolicové karbanátky s naší tatarkou, šťouchané brambory
svačina (odpolední)	Houbová pomazánka s hráškovými výhonky, tyčinky
večeře	Klaso s dušenou mrkví, kuskus

středa 12. srpna 2026

snídaně	Palačinky s ricottovým krémem a malinami
svačina (dopolední)	Cherry rajčata se salátem a fetou
oběd	Kokosové rizoto s hráškem a lilkem
svačina (odpolední)	Cottage se semínky, tyčinky
večeře	Sójové výpečky s bramborami, smetanový dresink

čtvrtek 13. srpna 2026

snídaně	Houbová smaženice, bageta
svačina (dopolední)	Sýrová rolka, ředkvičky, knuspi
oběd	Chunks na paprice, těstoviny
svačina (odpolední)	Dezert na způsob tiramisu s jahodami
večeře	Kořeněná rýže s kešu a zeleninou

pátek 14. srpna 2026

snídaně	Mátová pěna, okurka, bageta
svačina (dopolední)	Zeleninová polévka s ovesnými vločkami
oběd	Quinoa s olivami, salsou ze sušených rajčat a halloumi
svačina (odpolední)	Skořicové švestky s tvarohovým krémem
večeře	Čočka na kyselo s vejcem, chléb

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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