

pondělí 7. dubna 2025

snídaně	Omeleta s medvědí česnekem, cherry rajčata, chléb
svačina (dopolední)	Mangovo-meruňkový dezert s chia semínky
oběd	Celozrnná tortilla se zeleninou a tempehem
svačina (odpolední)	Ricotta s olivami, salát, rohlíček
večeře	Hlíva s buráky, pastiňákové pyré

úterý 8. dubna 2025

snídaně	Avokádový sendvič s goudou, ředkev
svačina (dopolední)	Bramborovo-vajíčkový salát, tyčinky
oběd	Hrachová směs s lilkem a semínky, bulgur
svačina (odpolední)	Dezert s quinoou a rybízovým pyré
večeře	Špagety s chřestovým přelivem a parmazánem

středa 9. dubna 2025

snídaně	Pomazánka z červené řepy s černým sezamem, polníček, bageta
svačina (dopolední)	Květáková polévka s černou čočkou
oběd	Plněné žampiony s bramborovou kaší, papriková salsa
svačina (odpolední)	Borůvky s ricottovým krémem a sušeným ovocem
večeře	Klaso na celeru, kuskus s baby karotkou

čtvrtek 10. dubna 2025

snídaně	Cottage s hruškami a skořicí, croissant
svačina (dopolední)	Směs s restovanou paprikou, kukuřicí a semínky, salát
oběd	Kedgerie rýže s vejcem a seitanem
svačina (odpolední)	Dip z červené čočky a pečeného česneku, kedlubnové hranolky
večeře	Zeleninový páj s uzeným sýrem, okurkový salát

pátek 11. dubna 2025

snídaně	Špenátová pomazánka, barevná mrkev, náš chléb
svačina (dopolední)	Náš pribináček
oběd	Robi s červeným zelím a bramborovými špalíčky
svačina (odpolední)	Cibulové čatni se sýrem Herold, pečivo
večeře	Cuketový muffin s ricottou, polenta, broskvový kompot

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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