

**Monday** 7. April 2025

breakfast	Omeleta s medvědí česnekem, cherry rajčata, chléb
snack (morning)	Mangovo-meruňkový dezert s chia semínky
lunch	Celozrnná tortilla se zeleninou a tempehem
snack (afternoon)	Ricotta s olivami, salát, rohlíček
dinner	Hlíva s buráky, pastiňákové pyré

Tuesday 8. April 2025

breakfast	Avokádový sendvič s goudou, ředkev
snack (morning)	Bramborovo-vajíčkový salát, tyčinky
lunch	Hrachová směs s lilkem a semínky, bulgur
snack (afternoon)	Dezert s quinoou a rybízovým pyré
dinner	Špagety s chřestovým přelivem a parmazánem

Wednesday 9. April 2025

breakfast	Pomazánka z červené řepy s černým sezamem, polníček, bageta
snack (morning)	Květáková polévka s černou čočkou
lunch	Plněné žampiony s bramborovou kaší, papriková salsa
snack (afternoon)	Borůvky s ricottovým krémem a sušeným ovocem
dinner	Klaso na celeru, kuskus s baby karotkou

Thursday 10. April 2025

breakfast	Cottage s hruškami a skořicí, croissant
snack (morning)	Směs s restovanou paprikou, kukuřicí a semínky, salát
lunch	Kedgerie rýže s vejcem a seitanem
snack (afternoon)	Dip z červené čočky a pečeného česneku, kedlubnové hranolky
dinner	Zeleninový páj s uzeným sýrem, okurkový salát

Friday 11. April 2025

breakfast	Špenátová pomazánka, barevná mrkev, náš chléb
snack (morning)	Náš pribináček
lunch	Robi s červeným zelím a bramborovými špalíčky
snack (afternoon)	Cibulové čatni se sýrem Herold, pečivo
dinner	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