

**Monday** 20. January 2025

breakfast	Mátová pěna s červenou řepou, pečivo
snack (morning)	Cottage s římským kmínem a hráškovými výhonky, kedlubna
lunch	Čočkovo-zeleninová sekaná, bramborová kaše
snack (afternoon)	Dezert s quinoou a rybízovým pyré
dinner	Robi s vlaškými ořechy a žampiony, bulgur

**Tuesday** 21. January 2025

breakfast	Sendvič s polníčkovým pestem, barevná mrkev
snack (morning)	Malinové podmáslí
lunch	Těstovinový salát s mini mozzarellou a semínky
snack (afternoon)	Pomazánka s žervé, okurka, knuspi
dinner	Tofu s pórkem a nivou, batáty

**Wednesday** 22. January 2025

breakfast	Míchaná vajíčka s brynzou, náš chléb
snack (morning)	Salát s restovanou hlívou a sýrem, tyčinky
lunch	Klaso s dušenou mrkví, kuskus
snack (afternoon)	Čokoládová pěna s chilli a mangem
dinner	Indická květáková rýže s Panýrem a kokosovým mlékem

**Thursday** 23. January 2025

breakfast	Palačinky s fíkovým džemem a strouhaným tvarohem
snack (morning)	Restované papriky se sýrovými chipsy
lunch	Zapečené špalíčky s rajčaty a píníemi
snack (afternoon)	Rolka se semínky a salátem, rohlíček
dinner	Těstoviny s ricottovo-cuketovým přelivem s fenylem

**Friday** 24. January 2025

breakfast	Pomazánka libečková, římský salát, bageta
snack (morning)	Tvarohová ricotta s borůvkovým pyré
lunch	Seitan se zeleninovou omáčkou, rýže
snack (afternoon)	Pizza s pečenou dýní a kari kořením, cherry rajčata
dinner	Špenát s vejcem, brambory

**Informace pro klienty**

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

Jídelníček s nutričními hodnotami najdete na [www.zdravestravovani.cz/jidelnicek](http://www.zdravestravovani.cz/jidelnicek)