

**Monday** 25. November 2024

breakfast	Banánový chlebíček se sladkým žervé krémem
snack (morning)	Pórková polévka s ricottou a semínky
lunch	Tofu burger s batáty a avokádovou omáčkou, pečivo
snack (afternoon)	Smetanovo-tvarohový dip s provensálským kořením, rohlíček, barevná mrkev
dinner	Kuskusová směs s restovanými paprikami, červenou čekankou a kozím sýrem

Tuesday 26. November 2024

breakfast	Cottage s ementálem, pečivo, salát
snack (morning)	Ricotta s oSTRUŽINAMI a marakujovým pyré
lunch	Těstoviny s brokoliceovou omáčkou a parmazánem
snack (afternoon)	Cuketová směs s balkánským sýrem a hráškem
dinner	Rýže se šmakounem a houbami

Wednesday 27. November 2024

breakfast	Míchaná vajíčka s jarní cibulkou, cherry rajčata, chléb vitamínek
snack (morning)	Salát Coleslaw, kukuřičník
lunch	Tempeh s pikantní dýní, bulgur
snack (afternoon)	Jahodový jogurt s dobrou vlákninou
dinner	Špenát s vejcem, brambory

Thursday 28. November 2024

breakfast	Krupicová kaše s malinami a čokoládou
snack (morning)	Balkánský dip s kapií, knuspi
lunch	Rizoto s červenou řepou a Heroldem
snack (afternoon)	Sýrová pizza
dinner	Seitan se zeleninovou omáčkou, špecle

Friday 29. November 2024

breakfast	Chléb šestizrnný s kukuřičnou pomazánkou, papriky
snack (morning)	Salát s restovanou hlívou a sýrem, tyčinky
lunch	Robi plátek s hermelínem a brusinkami, pečené brambory
snack (afternoon)	Pečené švestky s medovým tvarohem
dinner	Slaný koláč s quinoou a červenou čočkou

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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