

Monday 2. December 2024

vegetable bowl	Čínské zelí s ledovým salátem, kukuřicí a piniemi
soup	Batátová krémová polévka s čočkou beluga
dessert	Kokosové řezy Raffaello se šlehačkou
fresh	Jablečný fresh
fruit smoothie	Meruňkovo-mandlové smoothie
vegetable smoothie	Banánovo-broskvové zelené smoothie
breakfast	Rýžová kaše s ořechy a ořechy

Tuesday 3. December 2024

vegetable bowl	Ledový salát s gorgonzolou, vlašskými ořechy a citrusový vinaigrette
soup	Gulášová polévka
dessert	Cheesecake s borůvkami
fresh	Mrkvový fresh
fruit smoothie	Jahodovo - melounové smoothie
vegetable smoothie	Ananasové smoothie s avokádem
breakfast	Chléb s pestrou pomazánkou a římským salátem

Wednesday 4. December 2024

vegetable bowl	Listový salát s hořčičnou zálivkou, vejcem a makadamovými ořechy
soup	Houbová polévka
dessert	Panna cotta z podmásli s mangem
fresh	Mandarinkový fresh
fruit smoothie	Citrusové smoothie
vegetable smoothie	Pomerančovo-brokolicevé smoothie
breakfast	Sýrový sendvič, ředkvičky

Thursday 5. December 2024

vegetable bowl	Ledový salát s kukuřicí a sušenými rajčaty, sladkokyselá zálivka
soup	Polévka rybí s kapáním
dessert	Dezert s mascarpone a jahodovým džemem
fresh	Ananasový fresh
fruit smoothie	Rybízové smoothie
vegetable smoothie	Hruškovo-okurkové smoothie
breakfast	Cuketová pomazánka, bageta

Friday 6. December 2024

vegetable bowl	Salát s červenou řepou, sýrem feta, ořechy a zázvorovým dipem
soup	Krém z pečeného pastiňáku
dessert	Jablečný závin
fresh	Pomerančový fresh
fruit smoothie	Žluté smoothie
vegetable smoothie	Smoothie se špenátem a mrkví
breakfast	Lívanečky s malinami a tvarohovým krémem

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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