

Monday 27. January 2025

vegetable bowl	Variace listových salátů s brusinkovou salsou
soup	Česneková krémová
dessert	Míša řezy
fresh	Ananasový fresh
fruit smoothie	Borůvkové smoothie
vegetable smoothie	Smoothie se špenátem a mrkví
breakfast	Vafle s tvarohovo-ostužinovým krémem a hruškovým chutney

Tuesday 28. January 2025

vegetable bowl	Pestrý salát s pažitkovým dipem
soup	Dršťková polévka
dessert	Čokoládový muffin
fresh	Pomerančový fresh
fruit smoothie	Citrusové smoothie
vegetable smoothie	Hruškovo - brokolicové smoothie
breakfast	Špenátová pomazánka, barevná mrkev, chléb

Wednesday 29. January 2025

vegetable bowl	Míchaný salát se semínky a dresinkem z podmáslí
soup	Uzená polévka s kroupami
dessert	Mrkvový dort se skořicovo-pomerančovým krémem
fresh	Jablečný fresh
fruit smoothie	Banánové smoothie s arašídovým máslem
vegetable smoothie	Meruňkové smoothie s rukolou a medem
breakfast	Omeleta s uzeným lososem, cottage sýrem a koprem, chléb vitamínek

Thursday 30. January 2025

vegetable bowl	Salát z pečené řepy s čočkou a kozím sýrem
soup	Špenátová krémová polévka se šalotkou
dessert	Dezert s mascarpone a jahodovým džemem
fresh	Mandarinkový fresh
fruit smoothie	Rybízové smoothie
vegetable smoothie	Ledové smoothie
breakfast	Nadýchané lívance s krupičnou kaší, pečeným jablkem a karamelizovanými ořechy

Friday 31. January 2025

vegetable bowl	Salát s cherry, olivami, česnekovými krutony a zálivkou
soup	Polévka rybí s kapáním
dessert	Borůvkový koláč s drobenkou
fresh	Mrkvový fresh
fruit smoothie	Jahodovo - jablečné smoothie
vegetable smoothie	Zelené z hroznů
breakfast	Naše pečivo s vaječným muffinem, holandskou omáčkou, avokádem a parmskou šunkou

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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