

**Monday** 3. March 2025

breakfast	Sendvič s uzeným lososem, barevná mrkev
snack (morning)	Perníkový hruškový tvaroh
lunch	Králíčí maso s kešu omáčkou, bulgur
snack (afternoon)	Špenátový dip s konopný semínkem, tyčinky
dinner	Dýně se špaldou, sýrem a houbami

Tuesday 4. March 2025

breakfast	Jáhlový dezert s malinovým jogurtem a ananasem
snack (morning)	Pomazánka vajíčková s hráškovými výhonky, červená čekanka, křehké pečivo
lunch	Treska se zeleninovou salsou s kapary, rýžové nudle s koriandrovou zálivkou
snack (afternoon)	Cuketová směs s madelandem, bagetka
dinner	Kuřecí kostky s krémovou omáčkou, batáty s restovanými fazolkami

Wednesday 5. March 2025

breakfast	Ořechový krém s žervé, polníček, chléb vitamínek
snack (morning)	Polévka z pečené brokolice a fenyklu
lunch	Karbanátky s lilkovou směsí, brambory
snack (afternoon)	Krém s čokoládou a praženými pistáciemi
dinner	Krůtí nudličky s karotkou a kokosovým mlékem, kuskus

Thursday 6. March 2025

breakfast	Míchaná vajíčka s avokádem, cherry, žitný chléb
snack (morning)	Meloun se sýrem a granátovým jablkem
lunch	Kuřecí s jablečným čatní, cizrnová kaše
snack (afternoon)	Žampionový krém, kukuřičník
dinner	Směs listových salátů s ořechy, tuňákem a jogurtovo-citronovým dresinkem

Friday 7. March 2025

breakfast	Batátová pomazánka s tymiánem a čerstvým sýrem, okurky, chléb
snack (morning)	Míchaná zelenina s petrželkovým dresinkem
lunch	Čínské krůtí Kung Pao, rýže
snack (afternoon)	Ricotta s mangovo-marakujovým pyré a kokosovými lupínky
dinner	Tortilla s hovězím masem a červeným zelím

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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