

**Monday** 16. December 2024

|                   |   |
|-------------------|---|
| breakfast         | Čokoládová ovesná kaše s jahodami                   |
| snack (morning)   | Žampionová polévka s krutony                        |
| lunch             | Špalda s cuketovým zelím, parmskou šunkou a piniemi |
| snack (afternoon) | Křehké pečivo se sýry, salát                        |
| dinner            | Treska s pomodoro směsí, pečené brambory            |

**Tuesday** 17. December 2024

|                   |  |
|-------------------|--|
| breakfast         | Batátová pomazánka s tymiánem a čerstvým sýrem, bageta |
| snack (morning)   | Ostružinový dezert s vlašskými ořechy                  |
| lunch             | Hovězí nudličky s brokolicovou omáčkou, kuskus         |
| snack (afternoon) | Pikantní pražené oříšky s cizrnou                      |
| dinner            | Králičí maso na česneku, divoká rýže                   |

**Wednesday** 18. December 2024

|                   |   |
|-------------------|---|
| breakfast         | Mango s tvarohovým krémem, lívanečky              |
| snack (morning)   | Pomazánka s žervé, mrkev, kukuřičník              |
| lunch             | Těstoviny s lososem a jogurtovo-citronový dresink |
| snack (afternoon) | Bramborový muffin se šunkou a mozzarellou, ředkev |
| dinner            | Krůtí kousky s červenou řepou a koprem, bulgur    |

**Thursday** 19. December 2024

|                   |   |
|-------------------|---|
| breakfast         | Náš žitný chléb s bazalkovým krémem, salát dubáček      |
| snack (morning)   | Višňový jogurt s cereáliemi                             |
| lunch             | Květákové kuřecí kari s rýží                            |
| snack (afternoon) | Cottage s petrželkou a slunečnicovými semínky, rohlíček |
| dinner            | Hovězí nudličky na pórku, celozrnné penne               |

**Friday** 20. December 2024

|                   |   |
|-------------------|---|
| breakfast         | Sendvič s hermelínem  |
| snack (morning)   | Špenátový dip, salát, knuspi                                  |
| lunch             | Krůtí plátek s čedarem a cibulovým čatní, brambory s kukuřicí |
| snack (afternoon) | Kokosový dezert s malinami                                    |
| dinner            | Salát s černou čočkou, šmakounem a olivami                    |

**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)