

pondělí 28. dubna 2025

snídaně	Míchaná vejce s pórkem, kedlubna, chléb
svačina (dopolední)	Teplý lilkový salát s piniemi a parmskou šunkou
oběd	Nudle se zeleninou, tofu a arašídovou omáčkou
svačina (odpolední)	Banánový proteinový nápoj, ořechy se sušeným ovocem
večeře	Kuskus s dušeným červeným zelím a hovězím masem

úterý 29. dubna 2025

snídaně	Kaše s pečenými hruškami a vlašskými ořechy
svačina (dopolední)	Pomazánka s medvědí česnekem, zelenina, tyčinky
oběd	Těstovinový salát s krevetami a koprem
svačina (odpolední)	Šunka s makadamy, hořčicový dip, ředkev
večeře	Krůtí závitky s kozím sýrem, rýže s hráškem

středa 30. dubna 2025

snídaně	Pomazánka z uzeného sýru, cherry rajčata, bageta
svačina (dopolední)	Chia dezert s višněmi a vanilkovou příchutí
oběd	Hovězí nudličky s červenou řepou, cuketovník
svačina (odpolední)	Cottage s kukuřicí, knuspi
večeře	Kuřecí maso s pečeným květákem, celozrnné penne

čtvrtek 1. května 2025

snídaně	Avokádová salsa se šunkou, okurky, naše pečivo
svačina (dopolední)	Sýrové rolky, salát s granátovým jablkem
oběd	Dušené krůtí kostky se sušenými švestkami a mandlemi, rýže
svačina (odpolední)	Meruňkový jogurt s cereáliemi
večeře	Tuňákové kuličky v rajčatové omáčce, pečené brambory

pátek 2. května 2025

snídaně	Tvarohovo-čokoládový koláč, borůvkový rozvar
svačina (dopolední)	Zapečený toust s Heroldem a šalotkou, barevná paprika
oběd	Kuřecí kousky s kešu a olivami, bulgur
svačina (odpolední)	Fitchléb s žervé, ledový salát
večeře	Cizrnová kaše s vaječným muffinem

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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