

**Monday** 31. March 2025

breakfast	Míchaná vajíčka masala, okurek, bageta
snack (morning)	Sýrová rolka s tymiánovým krémem, salát, rohlíček
lunch	Karotka v krémové omáčce s krůtím masem, špalda
snack (afternoon)	Jahody s vanilkovým krémem a lískovými ořechy
dinner	Lilková musaka s černou čočkou

**Tuesday** 1. April 2025

breakfast	Blaťácké zlato s petrželkovou pomazánkou, kedlubna, chléb
snack (morning)	Čokoládový krém s rybízem
lunch	Rýžové nudle se zeleninou a krevetami
snack (afternoon)	Cottage s římským kmínem, knuspi
dinner	Kuřecí maso s batátovo-pastiňákové pyré

**Wednesday** 2. April 2025

breakfast	Dvouzrná kaše s borůvkami a kešu
snack (morning)	Salát s melounem a jogurtovou zálivkou
lunch	Sekaná s cuketou, mátovým dresinkem a pečenými brambory
snack (afternoon)	Ricottový dip s ořechy, paprika, tyčinky
dinner	Krůtí roláda plněná čedarem a žampiony, divoká rýže, salát z červené řepy

**Thursday** 3. April 2025

breakfast	Omeleta s medvědí česnekem, ředkvičky, chléb vitamínek
snack (morning)	Ostružinový jogurt s dobrou vlákninou
lunch	Kuřecí maso s mangovým čatní s rakytníkem, kuskus
snack (afternoon)	Dip z pečených rajčat se sezamovým semínkem, salát, fitness chleb
dinner	Treska s květákovým mozečkem

**Friday** 4. April 2025

breakfast	Tvarohová pomazánka s brusinkami, barevná mrkev, chléb
snack (morning)	Žervé s celerovými hranolkami a trojhránky
lunch	Hráškové rizoto s parmskou šunkou a parmazánem
snack (afternoon)	Banánový proteinový nápoj, sušené ovoce
dinner	Burger se zelenými fazolkami, šťouchané brambory

**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)