ZDRAVÉ STRAVOVÁNÍ

Jídelníček od 25.11. 2024 jídlovpráci.cz

změna jídelníčku nebo surovin vyhrazena

pondělí 25. listopadu 2024	
Polévky	Česneková polévka, cca 470g
Hlavní jídla	Krůtí roláda s kukuřicí a ricottou, kuskus, cca 340g Kuskusová směs s restovanými paprikami, červenou čekankou a kozím sýrem, cca 460g Kuře na paprice s těstovinami, cca 450g Hovězí líčka na červeném víně s bramborovou kaší, cca 630g Roastbeef s česnekovými fazolkami a pečenými brambory, křenová majonéza, cca 520g Čínské Kung Pao s basmati rýží, cca 340g Císařský trhanec přelitý karamelovou omáčkou, sypaný ořechy, cca 420g
Saláty	Zeleninový salát s grilovaným kuřecím masem, kešu, francouzský dresink, cca 430g Kuskusový salát s brokolicí a halloumi sýrem, cca 290g
Nápoje, dezerty a jiné	Drobenková buchta s hruškami, cca 200g Mandarinkový fresh, cca 250g Jahodovo-brusinkové smoothie, cca 250g Avokádovo-jablkové smoothie, cca 250g

úterý 26. listopadu 2024	
Polévky	Mrkvová krémová polévka s limetkou, cca 390g
Hlavní jídla	Krůtí nudličky s paprikovo-mandlovou omáčkou, těstoviny, cca 430g Těstoviny s brokolicovou omáčkou a parmazánem, cca 370g Italská rajčatová omáčka s masovými kuličkami, penne, cca 370g Kuřecí fajitas se zeleninou a rýží, chilli salsa, cca 390g Zvěřinový guláš s bramboráky, chilli, cca 480g Indické jalfrezi s basmati rýží, cca 340g Nudlový nákyp s tvarohem, kompot, cca 510g
Saláty	Salát s hlívou a tofu, cibulový dresink, cca 350g Těstovinový salát s krůtím masem, slaninou a sýrovým dresinkem, cca 360g
Nápoje, dezerty a jiné	Strouhaný kakaový koláč s tvarohem, cca 240g Jablečný fresh, cca 250g Borůvkové smoothie, cca 250g Zelené smoothie s hruškou a zázvorem, cca 250g

středa 27. listopadu 2024	
Polévky	Kulajda s vejcem a houbami, cca 380g
Hlavní jídla	Tempeh s pikantní dýní, bulgur, cca 460g Okoun s krémovým pórkem a mrkví, šťouchané brambory, cca 630g Hovězí svíčková, houskový knedlík, cca 450g Hrachová kaše s uzeným masem a pečivem, cca 470g Kachní stehno s červeným zelí a bramborovými noky, cca 660g Palak Paneer, Naan, cca 520g Palačinky s tvarohem a ovocným rozvarem, cca 450g
Saláty	Salát s uzeným lososem, sušenými rajčaty, kapary a koprovým přelivem, cca 270g Čočkový salát s kozím sýrem a brusinkami, cca 250g
Nápoje, dezerty a jiné	Bratislavské rohlíčky s ořechovou náplní, cca 120g Pomerančový fresh, cca 250g Višňové smoothie, cca 250g Špenátové smoothie s broskvemi, cca 250g

čtvrtek 28. listopadu 2024	
Polévky	Pho Bo, cca 620g
Hlavní jídla	Rizoto s červenou řepou a Heroldem, cca 290g Hovězí kousky s krémovou omáčkou s pak choi a olivami, brambory, cca 530g Vepřové kostky s cibulovou omáčkou, bramborové špalíčky, cca 480g Česnekové kuřecí paličky s bramborovou kaší, zelný salát s majonézou, cca 580g Vídeňská roštěná s houbami a rýží, cca 400g Panang kari s jasmínovou rýží, cca 450g Kynuté jahodové knedlíky s tvarohem přelité máslem, cca 400g
Saláty	Zeleninový salát s dresinkem z podmáslí, fetou, semínky a krutony, cca 390g Fusilli s hráškovým pestem, čedarem a mandlovými lupínky, cca 260g
Nápoje, dezerty a jiné	Jogurtovo-smetanový perník s broskvemi, cca 240g Ananasový fresh, cca 250g Malinové s rukolou, cca 250g Zelené smoothie s římským salátem, cca 250g

pátek 29. listopadu 2024	
Polévky	Hrášková krémová polévka s mátou, cca 400g
Hlavní jídla	Robi plátek s hermelínem a brusinkami, pečené brambory, cca 440g Hovězí kousky s pepřovou omáčkou, batáty se zelenými fazolkami, cca 500g Španělská ptáček z mletého masa, rýže kulatozrnná, cca 310g Alfredo fettuccine s kuřecím masem, cca 390g Vepřová krkovice se vejcem a pečenými brambory, domácí tatarka, cca 510g Tikka masala s kuřecím masem, Naan, cca 500g Kokosová rýže s mangem a pekanovými ořechy, cca 250g
Saláty	Salát s melounem cantaloupe, prosciuttem a balzamikovou zálivkou, cca 340g Quinoa salát s ořechovým dresinkem, cca 230g
Nápoje, dezerty a jiné	Jablkový koláč s pudinkem a mandlemi, cca 260g Hruškový fresh, cca 250g Kokosovo-banánové smoothie, cca 250g Zelené mango, cca 250g

Informace pro klienty

Složení jídel najdete na webu www.jidlovpraci.cz