

Monday 27. January 2025

meal 1	Vepřové na kmíně s rýží
meal 2	Alfredo fettuccine s kuřecím masem
meal 3	Hovězí žebra, pečené brambory, BBQ omáčka
meal 4	Indické yellow curry, jasmínová rýže a koriandr
meal 5	Císařský trhanec přelitý karamelovou omáčkou, sypaný ořechy
salad 1	Řecký salát s fetou
salad 2	Bulgurovo-quinoový salát s krůtím masem

Tuesday 28. January 2025

meal 1	Dušená mrkvička s hráškem, párek, brambory
meal 2	Kuřecí fajitas se zeleninou a rýží, chilli salsa
meal 3	Kachní stehno s houbovým kroupotem
meal 4	Pad thai s kuřecím masem a rýžovými nudlemi
meal 5	Nudlový nákyp s tvarohem, kompot
salad 1	Variace listových salátů s kozím sýrem, brusinkovou salsou a pekany
salad 2	Barevná miska s čočkou beluga a sýrem

Wednesday 29. January 2025

meal 1	Masové kuličky v rajské omáčce s těstovinami
meal 2	Hrachová kaše s uzeným masem a pečivem
meal 3	Filírovaná vepřová panenka s omáčkou ze zeleného pepře, bramborová kaše
meal 4	Kuřecí červené kari s jasmínovou rýží
meal 5	Palačinky s tvarohem a ovocným rozvarem
salad 1	Kuřecí salát se středomořskou tatarkou
salad 2	Špalda s cizrnou a sušenými švestkami

Thursday 30. January 2025

meal 1	Staročeská bramborová omáčka s vejcem a karlovarským knedlíkem
meal 2	Česnekové kuřecí paličky s bramborovou kaší, zelený salát s majonézou
meal 3	Vepřová pečeně s pečenou zeleninou a brambory, chimichurri omáčka
meal 4	Kuřecí Vindaloo, zeleninový salát s jogurtem, basmati rýže
meal 5	Kynuté jahodové knedlíky s tvarohem přelité máslem
salad 1	Zeleninový salát s filírovanou vepřovou panenkou, sýrem a hořčičným dresinkem
salad 2	Těstovinový salát se zeleninou, šmakounem a pinovými oříšky

Friday 31. January 2025

meal 1	Kuřecí kousky v sýrové omáčce s penne
meal 2	Hovězí líčka na červeném víně s bramborovou kaší
meal 3	Pečené kuře s majoránkovou nádivkou s houbami
meal 4	Kuřecí Biryani, basmati rýže
meal 5	Kokosová rýže s mangem a pekanovými ořechy
salad 1	Zeleninový šopský salát
salad 2	Thajský salát s rýžovými nudlemi a krůtím masem

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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