

Monday 3. March 2025

breakfast	Pomazánka z rukoly, chléb, radicchio salát
snack (morning)	Zeleninová směs s čedarem
lunch	Kuřecí nudličky na smetaně, quinoové krokety se špenátem
snack (afternoon)	Sladký chlebiček s bílým jogurtem, sušené ovoce
dinner	Hokaidó směs s mletým masem, bulgur

Tuesday 4. March 2025

breakfast	Avokádový sendvič se sýrem
snack (morning)	Skořicovo-kardamonové keřírové mléko
lunch	Losos s bramborovým salátem
snack (afternoon)	Meloun s parmskou šunkou a zálivkou balsamico, kukuřičník
dinner	Krůtí kousky na paprice, těstoviny

Wednesday 5. March 2025

breakfast	Míchaná vejce se sýrem, žitný chléb
snack (morning)	Cottage s ementálem a celerovými hranolky
lunch	Rýžový nákyp s meruňkami
snack (afternoon)	Dip z pečeného lilku, rohlíček
dinner	Masové kousky na kořenové zelenině, kuskus

Thursday 6. March 2025

breakfast	Croissant s višňovým pyré a kokosovým krémem
snack (morning)	Tvrdý sýr Herold, barevná mrkev, tyčinky
lunch	Krůtí plátek s goudou a fenyklovým čatní, tarhoňa
snack (afternoon)	Tvarohové koláčky
dinner	Zeleninový salát s tuňákem, vejcem a bazalkovým dresinkem

Friday 7. March 2025

breakfast	Pomazánka z červené řepy, ciabatta, římský salát
snack (morning)	Dezert s pudinkem a borůvkovým pyré
lunch	Brynzové halušky se šunkou
snack (afternoon)	Cuketa s chřestem a mozzarellou, knuspi
dinner	Masový burger s batátovými hranolkami a fazolkami

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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