

**pondělí** 25. listopadu 2024

snídaně	Chléb s libečkovou lučinou a šunkou, salát crispy
svačina (dopolední)	Vanilkový krém s pečenými švestkami
oběd	Masové karbanátky, bramborová kaše
svačina (odpolední)	Parmazánová pomazánka, okurka, knuspi
večeře	Jemný kuřecí špíz s kuskusem

úterý 26. listopadu 2024

snídaně	Pomazánka z rukoly, ciabatta
svačina (dopolední)	Acidofilní mléko s malinami
oběd	Vepřové kousky s pažitkovou omáčkou, těstoviny
svačina (odpolední)	Dip s provensálskými bylinkami, kukuřičník
večeře	Pečená treska s batáty a bazalkovým dresinkem

středa 27. listopadu 2024

snídaně	Cuketový perník s meruňkovým jogurtem
svačina (dopolední)	Salát Waldorf
oběd	Tortilla se špenátovou směsí a hlívou
svačina (odpolední)	Tvaroh s quinoou a ostružinami
večeře	Gratinovaný krutí plátek, bulgur

čtvrtek 28. listopadu 2024

snídaně	Pomazánka z ricotty a brynzy, chléb
svačina (dopolední)	Vejsce s hořčičným dresinkem a saláty
oběd	Losos s mascarponovo-dýňovou omáčkou, barevná quinoa
svačina (odpolední)	Kaštanový křehký plátek s krémem a višněmi
večeře	Pohanka se zeleninou a tofu

pátek 29. listopadu 2024

snídaně	Bazalkové mousse, chléb
svačina (dopolední)	Salát s melounem, fenyklem a čerstvým sýrem
oběd	Mrkvové rizoto s kurkumou a kuřecím masem
svačina (odpolední)	Bílý jogurt s javorovým sirupem, kukuřičné lupínky
večeře	Vepřové maso, cuketové zelí, brambory

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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