

**Monday** 25. November 2024

breakfast	Chléb s libečkovou lučinou a šunkou, salát crispy
snack (morning)	Vanilkový krém s pečenými švestkami
lunch	Masové karbanátky, bramborová kaše
snack (afternoon)	Parmazánová pomazánka, okurka, knuspi
dinner	Jemný kuřecí špíz s kuskusem

Tuesday 26. November 2024

breakfast	Pomazánka z rukoly, ciabatta
snack (morning)	Acidofilní mléko s malinami
lunch	Vepřové kousky s pažitkovou omáčkou, těstoviny
snack (afternoon)	Dip s provensálskými bylinkami, kukuřičník
dinner	Pečená treska s batáty a bazalkovým dresinkem

Wednesday 27. November 2024

breakfast	Cuketový perník s meruňkovým jogurtem
snack (morning)	Salát Waldorf
lunch	Tortilla se špenátovou směsí a hlívou
snack (afternoon)	Tvaroh s quinoou a ostružinami
dinner	Gratinovaný krůtí plátek, bulgur

Thursday 28. November 2024

breakfast	Pomazánka z ricotty a brynzy, chléb
snack (morning)	Vejce s hořčičným dresinkem a saláty
lunch	Losos s mascarponovo-dýňovou omáčkou, barevná quinoa
snack (afternoon)	Kaštanový křehký plátek s krémem a višněmi
dinner	Pohanka se zeleninou a tofu

Friday 29. November 2024

breakfast	Bazalkové mousse, chléb
snack (morning)	Salát s melounem, fenyklem a čerstvým sýrem
lunch	Mrkvové rizoto s kurkumou a kuřecím masem
snack (afternoon)	Bílý jogurt s javorovým sirupem, kukuřičné lupínky
dinner	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