

**Monday** 27. January 2025

breakfast	Chléb s batátovou pomazánkou, polníček
snack (morning)	Cuketový salát s madelandem
lunch	Drůbeží roláda se šunkou, zlatá rýže
snack (afternoon)	Banánovo-avokádové smoothie
dinner	Dýňová omáčka s mletým vepřovým masem, barevné těstoviny

Tuesday 28. January 2025

breakfast	Blaťácké zlato s pažitkovou pomazánkou, barevná mrkev, bageta
snack (morning)	Bílý jogurt se švestkami a skořicí
lunch	Treska se strouhankovou krustou a bramborovou kaší
snack (afternoon)	Dip z pečeného lilku, rohlíček
dinner	Krůtí kostky s chřestovým přelivem, špalda

Wednesday 29. January 2025

breakfast	Vanilkový krém s pečenými meruňkami, borůvky
snack (morning)	Šunkový mix, bazalkový dip, tyčinky
lunch	Těstoviny se špenátem a ricottou
snack (afternoon)	Čerstvý sýr salátem a zálivkou, krutony
dinner	Hovězí kostky s červenou řepou, špecle

Thursday 30. January 2025

breakfast	Pečivo se zapečeným sýrem, salát
snack (morning)	Okurkový salát, knuspi
lunch	Krůtí kousky s koprovou omáčkou, kuskus
snack (afternoon)	Jáhlový dezert s broskvemi
dinner	Pečený okoun se zelenými fazolkami, vařené brambory, hořčicový dresink

Friday 31. January 2025

breakfast	Pomazánka libečková, ciabatta, meloun
snack (morning)	Bramborový slaný koláč, salát
lunch	Lehká hovězí svíčková, quinový muffinek
snack (afternoon)	Malinový jogurt s bílou čokoládou
dinner	Gratinovaný kuřecí plátek, bulgur

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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