

**Monday** 10. February 2025

| | |
|-------------------|---|
| breakfast | Pomazánka s krůtím masem a výhonky, mrkev, bageta |
| snack (morning) | Jablečný pudink s piškoty |
| lunch | Hrachová kaše s vaječným muffinem |
| snack (afternoon) | Salát s kukuřicí a sýrem |
| dinner | Mleté hovězí maso s rajskou salsou a těstovinami |

Tuesday 11. February 2025

| | |
|-------------------|--|
| breakfast | Cottage s ementálem, barevná paprika, chléb |
| snack (morning) | Šunka s mozzarellou a ledovým salátem |
| lunch | Pečený losos s fitness tatarkou, batáty |
| snack (afternoon) | Ostružinové podmáslí |
| dinner | Vepřové kostky se zelenými fazolkami, kuskus |

Wednesday 12. February 2025

| | |
|-------------------|--|
| breakfast | Jogurt s mangem a pečeným müsli |
| snack (morning) | Tatarák ze šmakouna, polníček, tyčinky |
| lunch | Hovězí kousky na kořenové zelenině, rýže s hráškem |
| snack (afternoon) | Cibulové čatní se sýrem Herold, pečivo |
| dinner | Kuřecí nudličky na houbách, pečené brambory |

Thursday 13. February 2025

| | |
|-------------------|--|
| breakfast | Špenátový quiche, cherry rajčata |
| snack (morning) | Tvaroh s marakujovo-ananasovým pyré |
| lunch | Noky s brynzovou omáčkou a uzeným masem, okurkový salát |
| snack (afternoon) | Mátová pěna, červená čekanka, knuspi |
| dinner | Dušené krůtí kousky se sušenými švestkami a karotkou, bulgur |

Friday 14. February 2025

| | |
|-------------------|---|
| breakfast | Palačinky s růžovým jahodovým tvarohem a lupínky mandlí |
| snack (morning) | Řepový hummus s fetou, piniemi a rukolou |
| lunch | Marry me chicken, barevné fusilli |
| snack (afternoon) | Panna cotta s malinovým rozvarem |
| dinner | Rizotto z pečených paprik s Halloumi sýrem |

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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