

**Monday** 16. December 2024

breakfast	Špenátová pomazánka, bageta, cherry rajčata
snack (morning)	Šunková variace, knuspi, polníček
lunch	Květák na mozeček s bramborami
snack (afternoon)	Náš pribináček
dinner	Krůtí maso s dýní, koprem a pečenou cuketou, bulgur

Tuesday 17. December 2024

breakfast	Chléb s bazalkovou florou a strouhaným sýrem, mrkev
snack (morning)	Tvarohový dezert s oSTRUŽINAMI a mandlemi
lunch	Dušené vepřové na balzamik s hráškem, barevné těstoviny
snack (afternoon)	Ricotta s olivami, salát, tortila chips
dinner	Rizoto s fazolkami, parmazánem a čerstvými bylinkami

Wednesday 18. December 2024

breakfast	Overnight oats s kešu-kakaovým krémem, borůvkami a kokosovými lupínky
snack (morning)	Fitness tatarka, kedlubna
lunch	Kuřecí maso se zeleninovou omáčkou, kuskus
snack (afternoon)	Salát Waldorf
dinner	Halušky se zelím a uzeným masem

Thursday 19. December 2024

breakfast	Pomazánka z ricotty a brynzy, salát, náš chléb
snack (morning)	Rajská polévka se semínky
lunch	Čína s krůtími nudličkami, rýže
snack (afternoon)	Meruňkový jogurt s celozrnnými cereáliemi
dinner	Masové kuličky s červenou řepou, štouchané brambory

Friday 20. December 2024

breakfast	Vánočka s malinovým krémem a bílou čokoládou
snack (morning)	Okurková salsa s balkánským sýrem, tyčinky
lunch	Pečený losos s parmskou šunkou, bramborový salát s ředkvičkami
snack (afternoon)	Žampionová pizza, bílá ředkev
dinner	Pikantní čočka s kuřecími kousky

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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