

Monday 16. September 2024

breakfast	Cibulkový krém se sýrem, chléb
snack (morning)	Cherry rajčata s mini mozzarellou a zálivkou balsamico
lunch on the go	Kuskusový salát s cizrnou a tuňákem
snack (afternoon)	Malinový jogurt s dobrou vlákninou
dinner	Bramborákové kuřecí nudličky

Tuesday 17. September 2024

breakfast	Šunkové mousse, ledový salát, bageta
snack (morning)	Špenátová polévka s krutony
lunch on the go	Těstoviny s trhaným masem a čedarem
snack (afternoon)	Citronový tvaroh s čokoládou
dinner	Čočka v rajčatové omáčce, kuskus s římským kmínem

Wednesday 18. September 2024

breakfast	Žitný chléb se zapečeným sýrem, ředkev
snack (morning)	Tvaroh s lesním ovocem
lunch on the go	Pikantní marinované krůtí maso s kari dresinkem, salátový mix s mandarinkou
snack (afternoon)	Papriková lučina, tyčinky
dinner	Hovězí nudličky s pórkem a gorgonzolou, bulgur

Thursday 19. September 2024

breakfast	Borůvkový jogurt s naší granolou
snack (morning)	Koprový dip se lněným semínkem, knuspi
lunch on the go	Celozrnná tortilla se špenátem a tofu
snack (afternoon)	Salát s ananasem, fenyklem a čerstvým sýrem
dinner	Treska s dušenou mrkví, rýže

Friday 20. September 2024

breakfast	Míchaná vejce s uzenou paprikou a kapary, náš chléb
snack (morning)	Cottage s bylinkami, zelenina
lunch on the go	Citronová rýže s nakládaným pepřem, arašídů a kokosovými lupínky
snack (afternoon)	Vanilkový krém s pečenými meruňkami
dinner	Vepřové maso na houbách, špalda

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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