

**Monday** 2. December 2024

breakfast	Zapečené vejce s madelandem, rajčaty, pečivo
snack (morning)	Salát s melounem, polníčkem a kozím sýrem
lunch	Hovězí na víně s žampiony, šťouchané brambory se špenátem
snack (afternoon)	Jogurt s lesním ovocem a skořicovými vločkami
dinner	Krůtí kousky na paprice, bulgur

**Tuesday** 3. December 2024

breakfast	Hrášková pomazánka, vejce, kornbageta
snack (morning)	Mangovo-limetkový krém
lunch	Vepřové maso s omáčkou z arašídů, rýže se zkaramelizovaným fenyklem
snack (afternoon)	Zeleninový mix s mini mozzarellou, křehké rohlíčky
dinner	Krevety s pikantním přelivem, celozrnné těstoviny

**Wednesday** 4. December 2024

breakfast	Rozpečená ricotta s mozzarellou, náš chléb
snack (morning)	Žitné tyčinky s křenovou pěnou, salát
lunch	Jelení kostky s růžičkovou kapustou, bulgur
snack (afternoon)	Těstoviny s jahodovým přelivem a strouhaným tvarohem
dinner	Dušené kuřecí maso s mrkví, brambory

**Thursday** 5. December 2024

breakfast	Rukolové máslo, šunka, bageta
snack (morning)	Tvaroháček s rybízem a čokoládou
lunch	Masové kuličky s rajčatovou salsou, kuskus
snack (afternoon)	Cottage s petrželkou a slunečnicovými semínky, kukuřičník
dinner	Cuketovník s vepřovými výpečky a dušeným zelím

**Friday** 6. December 2024

breakfast	Hruškový muffin, medový krém
snack (morning)	Parmazánová pomazánka, čekanka, knuspi
lunch	Okoun s pečenými batáty a dresinkem
snack (afternoon)	Drůbeží kousky s okurkovým salátem, fitchléb
dinner	Hovězí na pivu a kořenové zelenině, rýže

**Informace pro klienty**

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

Jídelníček s nutričními hodnotami najdete na [www.zdravestravovani.cz/jidelnicek](http://www.zdravestravovani.cz/jidelnicek)