

**Monday** 6. January 2025

breakfast	Zapečené vejce s madelandem, bageta
snack (morning)	Malinový krém s tvarohem s cereáliemi
lunch	Kuřecí plátek s houbovým ragú, rýže
snack (afternoon)	Cottage se slunečnicovým semínkem, kukuřičník
dinner	Hovězí burger s chilli dipem, stir-fry zelím

**Tuesday** 7. January 2025

breakfast	Müsli dezert se šlehaným tvarohem
snack (morning)	Cuketová směs s olivami a parmskou šunkou
lunch	Vepřové nudličky na pórku, šťouchané brambory
snack (afternoon)	Sýrová rolka, ředkev, tyčinky
dinner	Krůtí kousky s pepřovou omáčkou, kuskus

**Wednesday** 8. January 2025

breakfast	Frittata s květákem, cherry rajčata, chléb
snack (morning)	Dip s provensálským kořením, paprika
lunch	Pečený losos s bylinkovým přelivem, celozrnné těstoviny
snack (afternoon)	Višňovo-vanilkové keřírové mléko
dinner	Drůbeží roláda se sýrem a brokolicí, barevná rýže

**Thursday** 9. January 2025

breakfast	Šunkové mousse, kedlubna, naše pečivo
snack (morning)	Ovocné pyré s lískovými ořechy
lunch	Krůtí maso s červenou řepou a balkánem, bulgur
snack (afternoon)	Pomazánka z černé čočky, barevná mrkev, křehký rohlíček
dinner	Játra s lupínky mandlí, pečené brambory, kyselé okurky

**Friday** 10. January 2025

breakfast	Míchaná vejce se sušenými rajčaty, salát, žitný chléb
snack (morning)	Masová směs se zeleninovou salsou, knuspi
lunch	Hovězí kousky s fazolkami, kuskus
snack (afternoon)	Dezert s javorovým sirupem a borůvkami
dinner	Krevety s krémovou mangovou omáčkou, rýžové nudle

**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)