

**Monday** 7. April 2025

breakfast	Bageta s cibulkovou směsí a vejcem, mrkev
snack (morning)	Šunková variace, meloun, trojhránky
lunch	Kuřecí nudličky v krémové omáčce, rýže
snack (afternoon)	Proteinový nápoj s jahodami
dinner	Barevný středomořský těstovinový salát s tuňákem

**Tuesday** 8. April 2025

breakfast	Jáhlový dezert s malinovým jogurtem
snack (morning)	Dip z uzeného tofu, kedlubnové hranolky
lunch	Králík na bílém víně s houbami a kořenovou zeleninou, brambory
snack (afternoon)	Křehké pečivo se sýry, rukola
dinner	Kuřecí maso se sójovou omáčkou a kurkumou, bulgur

**Wednesday** 9. April 2025

breakfast	Sendvič se šunkou a vejcem, paprika
snack (morning)	Dezert s ricottou a oSTRUŽINAMI
lunch	Krevety s krémovou mangovou omáčkou, rýžové nudle
snack (afternoon)	Parmazánová pomazánka, salát, knuspi
dinner	Vepřové nudličky se špenátem a karamelizovanou cibulí, quinoa

**Thursday** 10. April 2025

breakfast	Cuketová pomazánka, cherry rajčata, chléb
snack (morning)	Bylinkový cottage, okurka
lunch	Krůtí prsa na medu, mátový dresink, směs listových salátů
snack (afternoon)	Monte dezert
dinner	Hovězí maso s míchanou zeleninou, pečené brambory

**Friday** 11. April 2025

breakfast	Míchaná vajíčka s brynzou, salát, náš chléb
snack (morning)	Ovocné pyré s chia semínky
lunch	Celozrnné těstoviny s vepřovým masem a karotkou
snack (afternoon)	Tvarohová pomazánka se šunkou a čedarem, ředkev
dinner	Krůtí maso v rajčatové omáčce se zázvorem, 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)