

pondělí 22. července 2024

snídaně	Pomazánka s kuřecím masem a hráškovými výhonky, mrkev, pečivo
svačina (dopolední)	Ricotta s oSTRUŽINAMI a marakujovým pyré
oběd	Lososové kuličky s hořčičným přelivem, batáty
svačina (odpolední)	Sýrový mix s ořechovým dipem, salát
večeře	Quinoa se středomořskou zeleninou a vepřovým masem

úterý 23. července 2024

snídaně	Cottage s ementálem, pečivo
svačina (dopolední)	Fitness tatarka, kedlubnové hranolky
oběd	Krůtí nudličky v krémové omáčce, kuskus
svačina (odpolední)	Dezert se sušeným ovocem a cereáliemi
večeře	Kuřecí paličky pečené na zelenině, hráškové pyré

středa 24. července 2024

snídaně	Míchaná vejce se šunkou, ředkev, bageta
svačina (dopolední)	Tatarák z červené řepy, rukola, tyčinky
oběd	Roastbeef s houbovou směsí, pečené brambory
svačina (odpolední)	Borůvkový tvaroh s ořechy
večeře	Rýžové nudle se zeleninou a krevetami

čtvrtek 25. července 2024

snídaně	Ovesná kaše s malinami a mandlemi
svačina (dopolední)	Panzanella se sýrem
oběd	Vepřové kousky v kokosu, jasmínová rýže
svačina (odpolední)	Parmazánová pomazánka, čekanka, knuspi
večeře	Trhané krůtí maso s BBQ dipem a ciabattou

pátek 26. července 2024

snídaně	Frittata s květákem, naše pečivo
svačina (dopolední)	Karotková polévka s krutony
oběd	Kuřecí nugetky s dipem, brambory se zelenými fazolkami
svačina (odpolední)	Kořeněné švestky se strouhaným tvarohem
večeře	Hovězí tokáň, bulgur s kukuřicí

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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