

**Monday** 24. February 2025

breakfast	Tuňák s koprovým dipem, chléb, paprika
snack (morning)	Restovaný ananas s badyánem a jogurtovým krémem
lunch	Kořeněné hovězí kostky se špenátem, kuskus
snack (afternoon)	Čerstvý sýr s kapary, dubáček, rohlíček
dinner	Kuřecí nugetky v jogurtu s mrkvovo-hrachovým pyré

**Tuesday** 25. February 2025

breakfast	Ovocná granola, jahodový tvaroh
snack (morning)	Šunková variace, meloun, trojhránky
lunch	Treska se semínky a dresinkem, pečené brambory
snack (afternoon)	Drůbeží kousky s okurkovým salátem, fitchléb
dinner	Krůtí závitek s bazalkou a sušenými rajčaty, kuskus

**Wednesday** 26. February 2025

breakfast	Zapečená vejce s mozzarellou, bageta
snack (morning)	Malinový dezert s čokoládou
lunch	Kuřecí nudličky na cuketě, bulgur s adzuki
snack (afternoon)	Cottage s kukuřicí, salát, tyčinky
dinner	Pomalu pečené vepřové maso se šťouchanými bramborami

**Thursday** 27. February 2025

breakfast	Sendvič s kuřecí šunkou a polníčkem, cherry rajčata
snack (morning)	Sýrový krém s hráškovými výhonky, kedlubnové hranolky
lunch	Krůtí s glazovanou řepou, těstoviny
snack (afternoon)	Tvarohová směs s quinoou a oSTRUŽINAMI
dinner	Červené thajské kari s krevetami, jasmínová rýže

**Friday** 28. February 2025

breakfast	Míchaná vejce s pórkem, chléb
snack (morning)	Borůvkové kefirové mléko
lunch	Vepřové kousky se žampiony a sójovou omáčkou, quinoa
snack (afternoon)	Parmazánová pomazánka, salát, knuspi
dinner	Celozrnné penne s dušeným červeným zelím a krůtím masem

**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)