

pondelok 21. január 2019

raňajky	Zazipovaná omeleta so sušenými paradajkami, pečivo, mrkvový šalát
desiata	Zázvorovo-pomarančový nápoj
obed	Filírované mäso s ázijskou zmesou, červená ryža, šalát z pak choi
olovrant	Paprikový cottage, knäckerbrot, ananas
večera	Treska na smotaně s piniovými oriesky, fazolky a zemiaky

utorok 22. január 2019

raňajky	Natierka z červener repy pečivo, cherry
desiata	Šunková gervais rolka, knuspi, uhorkový šalát
obed	Fusilli s mäsom, kešu orieškami a tekvicou, broskyňový kompót
olovrant	Pečené hrušky s krémom s príchuťou vanilky
večera	Zapečená zelenina, polníčkový šalát

streda 23. január 2019

raňajky	Pažitkové mousse, kovarsky chlie, hrozny
desiata	Červený kapustový šalát, ryžový chlebíček
obed	Cícer s mletým mäsom, chilli zeleninou, pita
olovrant	Broskyňové tiramisu
večera	Halušky s karotkovým krémom a kuracími nudličkami

štvrtok 24. január 2019

raňajky	Syrová nátierka s olivami, pečivo, redkovky
desiata	Ovocný tvaroh s čerstvými čučoriedkami
obed	Domáce cestoviny s lučinou, špenátom a hubami, listový šalát s horčicovou zálievkou
olovrant	Rajčinová salsa s balkánskym syrom, tortilové chipsy
večera	Hovädzia roštenka s kaparami, ryža

piatok 25. január 2019

raňajky	Lievance s orieskovým krémom a malinami
desiata	Kukuřice so syrom a olivami
obed	Kapustové karbonátky s dipom z kyslej smotany, šťouchané zemiaky, šalát
olovrant	Ricotta s vlašskými orechmi, jahody, crispins
večera	Pečená bravčová panenka s hráškovým pyrė, šalát z melóna a mäty

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

Jedálníček s nutričnými hodnotami nájdete na www.zdravestravovanie.sk/jedalnicek/