

pondelok 1. september 2025

raňajky	Sendvič s hermelínom, paprika
desiata	Krémové žervé zelerovými hranolkami, tyčinky
obed	Krúpoto s kelom, údeným eidamom
olovrant	Vanilkový krém s pečenými marhuľami
večera	Pečený marinovaný seitan v horčici, kôprová omáčka, zemiaky

utorok 2. september 2025

raňajky	Bageta so syrovou nátierkou, kaleráb
desiata	Šalát Waldorf
obed	Vegetariánske soté s tempehom, kuskus
olovrant	Obilné vankúšiky s kokosovou náplňou a jahodovým jogurtom
večera	Plnené papriky s mozzarellou a paradajkovým prelivom

streda 3. september 2025

raňajky	Nátierka z červenej repy, šalát, chlieb vitamínok
desiata	Náš kakaový termix s goji
obed	Bryndzové halušky s karamelizovanou cibulkou, uhorková salsa
olovrant	Cottage s redkovkou a hráškovými výhonkami, rožtek
večera	Robi rezančky s hubovým ragú, bulgur

štvrtok 4. september 2025

raňajky	Cuketová vyprážačka, cherry paradajky, náš chlieb
desiata	Tvaroh s lesným ovocím
obed	Mangové karí s klasom, koriandrom a jazmínovou ryžou
olovrant	Balkánsky dip s kapiou, poľníček, trojhránky
večera	Cestoviny so špenátom a panierom

piatok 5. september 2025

raňajky	Banánový chlebíček so sladkým žervé krémom
desiata	Knuspi s pažítkovým dipom, šalát
obed	Hrachová zmes s baklažánom a fetou, pečené zemiaky
olovrant	Šampiňónová polievka s parmezánom
večera	Šmakún s omáčkou z lúčiny, farebná quinoa

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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