

**pondelok** 4. máj 2026

raňajky	Frittata s brokolicou, šalát, chlieb
desiata	Tatarák z cvikly, tyčinky
obed	Červené karí s ananásom, jasmínová ryža
olovrant	Mangový chia dezert
večera	Fazuľové struky na smotane s vajcom, pečené zemiaky

utorok 5. máj 2026

raňajky	Overnight oats s kešu-kakaovým krémom, malinami a kokosovými lupienkami
desiata	Krémová pórová polievka s parmazánom
obed	Penne s pomodoro salsou, kaparmi a syrom
olovrant	Žervé s čerstvým syrom a zelerovými hranolkami, rožok
večera	Vegesekaná s pečivom a chilli dresingom, kapustový šalát

streda 6. máj 2026

raňajky	Cuketový závin s hermelínom, šalát
desiata	Dezert s čučoriedkovým prelivom
obed	Klaso s pekanovými orechmi a šampiňónmi, štouchané zemiaky
olovrant	Smotanové avokádo, knuspi
večera	Kuskusovo-cícerová zmes so sladkokyslou zálievkou a fetou

štvrtok 7. máj 2026

raňajky	Pomazánka liptovská, papriky, bageta
desiata	Cottage s vajcom a rukolou, trojhránky
obed	Bulguroto so šparglou, parmazánom a čerstvými bylinkami
olovrant	Dezert s černicami a marakujovým prelivom
večera	Farebné cestoviny s ricottou a olivami

piatok 8. máj 2026**Informácie pre klientov**

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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