

**pondelok** 6. apríl 2026**utorok** 7. apríl 2026

|          |                                                          |
|----------|----------------------------------------------------------|
| raňajky  | Omeleta s medvedím cesnakom, cherry paradajky, pečivo    |
| desiata  | Mangové lassi                                            |
| obed     | Zeleninové guľičky so smotanovou omáčkou, pečené zemiaky |
| olovrant | Brokolicový dip, šalát, pečivo                           |
| večera   | Špagety s špargľovým prelivom a parmezanom               |

**streda** 8. apríl 2026

|          |                                                           |
|----------|-----------------------------------------------------------|
| raňajky  | Hruškový muffin s javorovým krémom a malinami             |
| desiata  | Cherry paradajky s mini mozzarellou a zálievkou balsamico |
| obed     | Tortilla s rukolou, červenou repou a kozím syrom          |
| olovrant | Tortilla chips s nivovým dipom, farebná paprika           |
| večera   | Dusený keľ so sójovými rezančekom, šťouchané zemiaky      |

**štvrtok** 9. apríl 2026

|          |                                                           |
|----------|-----------------------------------------------------------|
| raňajky  | Nátierka z pečených paprík, šalát, ražný rožok            |
| desiata  | Redkovkový šalát s broskyňami, knuspi                     |
| obed     | Slaný koláč s quinoou a červenou šošovkou, uhorková salsa |
| olovrant | Tvaroh s mäťou a lesným ovocím                            |
| večera   | Seitan v kokosovej omáčke, rýže                           |

**piatok** 10. apríl 2026

|          |                                                       |
|----------|-------------------------------------------------------|
| raňajky  | Špenátová nátierka, redkev, chlieb                    |
| desiata  | Cottage s bazalkou, tyčinky                           |
| obed     | Halušky s kapustou a tempehom                         |
| olovrant | Mliečny dezert so slivkovým pyré a lieskovými orechmi |
| večera   | Vaječný muffin s horčičným prelivom, batáty           |

**Informácie pre klientov**

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

Jedálniček s nutričnými hodnotami nájdete na [www.zdravestravovanie.sk/jedalnicek/](http://www.zdravestravovanie.sk/jedalnicek/)