

**pondelok** 6. máj 2024

|          |  |
|----------|--|
| raňajky  | Kornbageta s ananášovou nátierkou, papriky |
| desiata  | Paradajky s balkánskym syrom               |
| obed     | Seitan v kokosovej omáčke, zlatá ryža      |
| olovrant | Jogurt s ríbezľami a cereáliami            |
| večera   | Zapečené zemiaky s kalerábmi               |

**utorok** 7. máj 2024

|          |  |
|----------|--|
| raňajky  | Sendvič s hermelínom, zeleninové hranolky    |
| desiata  | Tvarohový dezert s černicami a chia          |
| obed     | Špagety s paprikovým prelivom a čedarom      |
| olovrant | Olivový cottage, šalát, rožtek               |
| večera   | Klaso s cuketovníkom, dusená červená kapusta |

**streda** 8. máj 2024

|          |  |
|----------|--|
| raňajky  | Ricottová nátierka s rukolou, náš chlieb                     |
| desiata  | Špenátová polievka s krutónmi                                |
| obed     | Veggie placky s našou tatárkou, štouchané zemiaky            |
| olovrant | Mangový krém s arašidmi                                      |
| večera   | Bryndzové halušky s karamelizovanou cibuľkou, uhorková salsa |

**štvrtok** 9. máj 2024

|          |   |
|----------|---|
| raňajky  | Pražienica s udeným syrom, chlieb               |
| desiata  | Jahodovo-hrušková výživa                        |
| obed     | Zeleninový bulgur s edamame a goudou            |
| olovrant | Špargľová zmes, kukuričník                      |
| večera   | Sicílska caponata s mozzarellou, naše cestoviny |

**piatok** 10. máj 2024

|          |  |
|----------|--|
| raňajky  | Jogurt s karamelovým krémom a sušienkami   |
| desiata  | Čakankový šalát s čerstvým syrom           |
| obed     | Zmes z čiernej šošovky s opečeným panierom |
| olovrant | Petržlenový dip, mrkva, knuspi             |
| večera   | Ryža sa šmakúnom a hubami                  |

**Informácie pre klientov**

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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