

pondelok 13. máj 2024

raňajky	Frittata so špargľou, chlieb
desiata	Dezert s javorovým sirupom a čučoriedkami
obed	Cestovinový šalát so zeleninou, mini mozzarellou a semienkami
olovrant	Cottage s redkivkou a hráškovými výhonkami, rožtek
večera	Klaso na zeleru, šťouchané zemiaky

utorok 14. máj 2024

raňajky	Cibuľkový krém so syrom, bageta
desiata	Carpaccio z cvikly s čerstvým syrom, krehké pečivo
obed	Tofu s vlašskými orechmi a šampiňónmi, jazmínová ryža
olovrant	Čokoládová pena s malinami
večera	Krúpoto s kelom, údeným eidamom a píniami

streda 15. máj 2024

raňajky	Mrkvová nátierka s lučinou, uhorka, náš chlieb
desiata	Tvaroh s marakujovo-ananasovým pyré
obed	Smotanový pór so zemiakmi
olovrant	Cuketky s mäťovým dresingom
večera	Feta so špenátom a brusnicami, quinoa

štvrtok 16. máj 2024

raňajky	Jahodová ovsená kaša s pudingom
desiata	Brokolicová polievka so semienkami
obed	Sójové guľôčky na paprike, kuskus
olovrant	Dip z modrého syra, šalát, krehký plátok
večera	Naše cestoviny s jemným paradajkovým prelivom a čedarom

piatok 17. máj 2024

raňajky	Nátierka orechová, šalát, chlieb vitamínik
desiata	Syrová rolka so semienkami, kukuričné trojhránky
obed	Špalíčky s vajcom, kôprovou omáčkou a zelenými fazuľkami
olovrant	Dezert s kyslou smotanou, mangom a kokosovými lupienkami
večera	Tortilla so seitanom a červenou kapustou

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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