

pondelok 16. jún 2025

raňajky	Nátierka zemiaková, valeriánka, bageta
desiata	Citrónový dezert s jahodami a konopnými semenkami
obed	Tofu burger se sladkými zemiakmi a avokádovou omáčkou, pečivo
olovrant	Rukola s carpacciem z červenej repy a mini mozzarellou
večera	Zapečený kuskus s paradajkami, pórom a červenou šošovkou

utorok 17. jún 2025

raňajky	Jablčno-škoricový dezert, biely jogurt
desiata	Smotanovo-tvarohový dip s bazalkou, kaleráb
obed	Zapečené šampiňóny údeným syrom, zemiakovo-cuketové pyré
olovrant	Blaťácke zlato s čučoriedkami, trojhránky
večera	Seitan s karfiolovou zmesou, špalda

streda 18. jún 2025

raňajky	Omeleta se syrom, čakanka, chléb
desiata	Banánovo-slivkový dezert
obed	Bulgurový šalát so zeleninou, olivami a parmezánom
olovrant	Dip s pečeným cesnakom, tyčky, uhorky
večera	Mrkvový muffin s ricottou, polenta, kompót

štvrtok 19. jún 2025

raňajky	Ražný chlieb s ananásovou nátierkou, farebná paprika
desiata	Tvarohový krém s broskyňami
obed	Zemiakové kolíky s pečeným baklažánom, cuketou a rukolovým pestom
olovrant	Syrové rolky, šalát s orechmi
večera	Cestoviny s hubami a syrom

piatok 20. jún 2025

raňajky	Pohánková kaša s marhuľami a čokoládou
desiata	Krémová pórová polievka s čedarom
obed	Šmakúnový plátok so syrom s mango chilli omáčkou, jazmínová ryža
olovrant	Fazuľový dip, šalát, rožtek
večera	Repné fašírky s mäťovým dresingom, pečené zemiaky

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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