

pondelok 18. máj 2026

raňajky	Pečivo s bazalkovou nátierkou a paradajkami, šalát
desiata	Zelerová polievka
obed	Sekaná pečienka z robi s našou tatárkou, zemiaková kaša
olovrant	Ricottový krém s ostružinami a chia
večera	Cestoviny s brokolicovou omáčkou a parmezánom

utorok 19. máj 2026

raňajky	Mrkvové muffiny s jogurtovým krémom
desiata	Pažitková lučina, šalát, knuspi
obed	Klaso s ananásovou omáčkou, jazmínová ryža
olovrant	Zapečený toast s Heroldom a šalotkou, melón
večera	Lilková musaka s čiernou šošovicou

streda 20. máj 2026

raňajky	Špenátový závin se syrom, kaleráb
desiata	Šalát s mozzarellou a kapary
obed	Hubový krém s vajcom, špecle
olovrant	Banánovo-mangové pyré s čokoládou
večera	Seitan s cuketovníkom, dusená červená kapusta

štvrtok 21. máj 2026

raňajky	Ovsená kaša s pudingom a čučoriedkami
desiata	Uhorkový šalát so sezamom, tyčinky
obed	Vegetariánske soté s tempehom, tarhoňa
olovrant	Balkánsky dip s kapiou, šalát, pečivo
večera	Repné guľičky na póre s pečenými zemiakmi

piatok 22. máj 2026

raňajky	Nátierka batátová, redkev, ciabatta
desiata	Jahodovo-jablčné pyré
obed	Thajský quinoa šalát s ořechovým dipom
olovrant	Špargľová zmes, cherry paradajky, trojhránky
večera	Tortilla so šmakúnom na grécky spôsob

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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