

pondelok 18. august 2025

raňajky	Tortilla so zeleninou a syrom
desiata	Hubová terina s karamelizovanou cibuľkou, tyčinky
obed	Klaso na zeleru, kuskus
olovrant	Jablká s ricottou a cereáliami
večera	Korenistá omáčka s vajcom, pečené zemiaky

utorok 19. august 2025

raňajky	Nátierka z pečených paprík, šalát, bageta
desiata	Kalerábové placky s jogurtovým dipom
obed	Špagety s orechovým pestom, špenátom a kozím syrom
olovrant	Malinový dezert s vanilkovou príchuťou
večera	Cícerový Chana dal

streda 20. august 2025

raňajky	Vaječný muffin s bylinkovo-citrónovou flórou, paradajky, chlieb
desiata	Korenené slivky se strúhaným tvarohom
obed	Šalát s opečeným Halloumi a bazalkovou zálievkou, brioška
olovrant	Fazolová nátierka, farebná mrkva
večera	Šmakún s glazovanou cviklou, kuskus

štvrtok 21. august 2025

raňajky	Palacinky s jahodovým krémom
desiata	Pastiňáková nátierka so semienkami, pizzové tyčinky
obed	Seitan s karfiolovou zmesou, špalda
olovrant	Špargľová polievka s čedarom
večera	Plnené šampiňóny s mrkvovým pyrém, red'kovková salsa

piatok 22. august 2025

raňajky	Slaný koláč s olivami a paradajkami
desiata	Avokádová salsa, paprika, krehké pečivo
obed	Pečené hrušky s nivou a robí, zemiaky
olovrant	Banánový jogurt s konopnými semienkami
večera	Zeleninové rizoto so syrom a orechmi

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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