

pondelok 23. február 2026

raňajky	Nátierka z ricotty a brynzy, chlieb
desiata	Cuketová zmäť s balkánom a piniemi
obed	Listové šaláty s marinovaným syrom a dresingom, ciabatta
olovrant	Jogurt s malinovým pyrém, cereálie, mandarínka
večera	Nasi goreng ryža s údeným tofu

utorok 24. február 2026

raňajky	Kakaový perník s medovým krémom
desiata	Batátová nátierka, knuspi
obed	Zapečené palacinky s paradajkovou salsou, avokádom a syrom
olovrant	Coleslaw, bageta
večera	Šmakún s pórom a nivou, kuskus

streda 25. február 2026

raňajky	Slaný koláč s olivami a paradajkami
desiata	Škoricovo-kardamónové kefírové mlieko
obed	Tekvicové rizoto s tempeh a parmezánom BM
olovrant	Tvarůžková pomazánka, uhorky, trojhránky
večera	Farebné fusilli so špenátom, syrom a mandľami

štvrtok 26. február 2026

raňajky	Tvarohová nátierka s brusnicami, šalát, chlieb
desiata	Sladký krém s broskyňami a chia
obed	Mangové karí so seitanom, koriandrom a soba rezancami
olovrant	Cottage s údeným syrom, papriky, pečivo
večera	Plnené šampiňóny s kukuricou, batátová kaša

piatok 27. február 2026

raňajky	Tortilla s vajcom, čerstvým syrom a šalátom
desiata	Pastiňáková nátierka so semienkami, pizzové tyčinky
obed	Repovo-sójové guľičky s jogurtovým dresingom, šťouchané zemiaky
olovrant	Dezert na spôsob tiramisu s jahodami
večera	Dhal z červenej šošovice a mungo fazulek

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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