

pondelok 24. november 2025

raňajky	Zeleninový tatarák s píniami, ciabatta
desiata	Dezert s malinami a orechy
obed	Fazuľovo-orechová sekaná, zemiaková kaša
olovrant	Mix tvrdých syrov, šalát s granátovým jablkom, knuspi
večera	Krúpoto s červenou repou a čedarom

utorok 25. november 2025

raňajky	Závin s hlivou, red'kovky
desiata	Paštéta zo šmakúna s marhuľovým čatní, rožtek
obed	Aloo gobi s ryžou
olovrant	Tvarohovo-ricottový krém s jahodami a chia
večera	Tekvicová zmes so semienkami, cuketou a parmezánom, farebné cestoviny

streda 26. november 2025

raňajky	Jáhlový dezert so slivkovým Míšou
desiata	Bazalkový dip s ľanovým semienkom, knuspi
obed	Tofu guľičky na špenáte, barevná quinoa
olovrant	Polievka z pečeného pastrnaku
večera	Tortilla s baklažánom, karotkou a minimozzarellou

štvrtok 27. november 2025

raňajky	Sendvič s hermelínom
desiata	Ananásovo-mandarínkový mix s jogurtom a orechy
obed	Cestoviny s ricottou a kelom
olovrant	Cottage s vajcom, uhorka, tyčinky
večera	Sójové rezančky s pečenými zemiakmi a dresink

piatok 28. november 2025

raňajky	Mrkvová nátierka, šalát, naše pečivo PZ
desiata	Cuketová zmes so sušenými paradajkami a parmezánom
obed	Klaso s medom a sezamom, kuskus
olovrant	Čokoládová pena s chilli a čučoriedkami
večera	Zapečené batáty s turinom a fazuľovými strukami

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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