

**pondelok** 27. apríl 2026

raňajky	Pražnica s bryndzou, farebná mrkva, chlieb
desiata	Sladký krém s broskyňami a chia
obed	Robi sekaná s ricottou a zemiakovou kašou, kyslé uhorky
olovrant	Cuketová zmäs s balkánom a semínky
večera	Hubový kuba s cibuľkou a sýrom

**utorok** 28. apríl 2026

raňajky	Tortilla so zeleninou a syrom
desiata	Petržlenový krém, trojhránky
obed	Vyprážené ryža na ázijský spôsob, tempeh
olovrant	Jahodová výživa s horkou čokoládou
večera	Zapečené batáty s turinom a fazuľovými strukami

**streda** 29. apríl 2026

raňajky	Nátierka s mandľami, redkovky, pečivo
desiata	Ananásovo-mandarínkový mix s jogurtom a orechy
obed	Fusilli so špenátom a orechovým pestom
olovrant	Muffin z vaječného bielka s mrkvou, kedlubna
večera	Klaso s mangovým čatní, ryža

**štvrtok** 30. apríl 2026

raňajky	Tvarohové syrniki s čučoriedkovým prelivom a ricottovým krémom
desiata	Čakankový šalát s čínskou kapustou a syrom
obed	Tofu s omáčkou z cukiet a mascarpone, bulgur
olovrant	Kôprový dip so sezamovými semienkami, tyčinky
večera	Zemiaky s červenou repou, nivou a orechmi

**piatok** 1. máj 2026**Informácie pre klientov**

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

Jedálniček s nutričnými hodnotami nájdete na [www.zdravestravovanie.sk/jedalnicek/](http://www.zdravestravovanie.sk/jedalnicek/)