

pondelok 28. apríl 2025

raňajky	Karamelový krém s jahodami a sušienkami
desiata	Šalát s restovanou hlivou, krutónmi
obed	Klaso na arašidovom masle s paprikami, zemiaky
olovrant	Pistáciová nátierka, redkovky, knusp
večera	Kuskus so zeleninou, syrom a tahini zálievkou

utorok 29. apríl 2025

raňajky	Bageta so zapečeným syrom, uhorky
desiata	Tvaroh s lesným ovocím a chia
obed	Červené karí s ananásom a seitanom, jazmínová ryža
olovrant	Kôprový dip, šalát, kukuričník
večera	Zapečené zemiaky so zeleninou

streda 30. apríl 2025

raňajky	Mäťová pena, cherry paradajky, chlieb
desiata	Rukolová polievka s parmezánom
obed	Cícer na paprike, vajcia, halušky
olovrant	Citrónový tvarohový krém s čokoládou
večera	Rizoto s červenou repou, tofu a píniovými orieškami

štvrtok 1. máj 2025

raňajky	Ovsené placky s cottage, šalátom
desiata	Mangový jogurt
obed	Cestoviny so špenátom, panierom a mandľami
olovrant	Rožtek s ligurkovo-pórovým žervé
večera	Šošovicovo-zeleninová sekaná, zemiaková kaša

piatok 2. máj 2025

raňajky	Frittata so špargľou, papriky, chlieb
desiata	Fitness tatarka, šalát, tyčinky
obed	Krúpoto s kelom, údeným eidamom
olovrant	Tvarohový dezert s ostružinami a kešu
večera	Linguine s pestom z avokáda, pečenými paradajkami a mozzarellou

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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