

pondelok 30. jún 2025

raňajky	Nátierka z restovanej mrkvy, valeriánka, sedliacky chlieb
desiata	Bielkový muffin s brokolicou
obed	Tortilla s vejcom na grécky spôsob
olovrant	Vanilkový krém s pečenými marhuľami
večera	Seitan s cuketovníkom, dusená červená kapusta

utorok 1. júl 2025

raňajky	Tvarohovo-čokoládový dezert, čučoriedkový rozvar
desiata	Bylinkový cottage, uhorka, pizzové tyčinky
obed	Klaso na arašidovom masle s paprikami, zlatá ryža
olovrant	Čhrenová pena, kaleráb, pečivo
večera	Šošovicová zmes s kozím syrom a brusnicami

streda 2. júl 2025

raňajky	Miešané vajíčka s avokádom, red'kovková salsa, ciabatta
desiata	Restovaná hľiva so šalátom
obed	Cestoviny s pestom z pečenej cvikly
olovrant	Dezert s marakujou a ananásom
večera	Robi rezančeky s cibuľovým prelivom, špeclo

štvrtok 3. júl 2025

raňajky	Croissant s slivkami a strúhaným tvarohom
desiata	Šalát s paradajkami a slnečnicovými semienkami, trojhránky
obed	Sójové guľičky s karotkovým krémom, zemiaky
olovrant	Polievka z pečeného paštrnáku
večera	Rizoto so šparglou, parmazánom a čerstvými bylinkami

piatok 4. júl 2025

raňajky	Ražný chlieb s bazalkovou nátierkou, šalát
desiata	Náš pribináčik
obed	Baklažánové karí s hráškom, bulgur s adzuki
olovrant	Šalát Waldorf
večera	Vege placky s paradajkovou omáčkou, cestoviny

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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