

pondelok 3. august 2026

raňajky	Zapečené vajcia s čedarom, chlieb
desiata	Čučoriedkovo-pomarančový kefír
obed	Mleté mäso s dresingom a cestovinami, uhorková salsa
olovrant	Salsa z pečeného baklažánu, papriky, trojhránky
večera	Rizoto s mrkvovým pyré, parmskou šunkou a mozzarellou

utorok 4. august 2026

raňajky	Pečený ananás s medovo-ricottovým krémom
desiata	Šunkové rolky, mix šalátov s mandľami
obed	Mäsové šišky s cuketovou zmesou, zemiaková kaša
olovrant	Kôprový dip s ľanovým semienkom, tyčinky
večera	Kuracie mäso s arašidovou omáčkou a brokolicou, soba rezance

streda 5. august 2026

raňajky	Nátierka budapeštianska, mrkva, chlieb
desiata	Ovocný tvaroh s jahodovým želé
obed	Morčacia zmes s kukuricou, bulgur
olovrant	Zmes listových šalátov so zálievkou zo sušených paradajok, šmakúnom a semienkami
večera	Losos s horčicovým dresingom, celerovo-batátové hranolky

štvrtok 6. august 2026

raňajky	Repové muffiny s fetou a restovanou zeleninou
desiata	Knuspi s pórkovým žervé
obed	Šalát s kuracím mäsom, orieškami a slivkovým dresingom
olovrant	Chia jogurt s višňami a vanilkovou príchuťou
večera	Králičie mäso na cesnaku s kuskusom, red'kovková salsa

piatok 7. august 2026

raňajky	Orechová nátierka, pečivo
desiata	Šalát s melónom a kozím syrom
obed	Krevety s pikantným prelivom, ryža
olovrant	Monte dezert
večera	Bravčové so šampiňónmi, zemiaky so špenátom

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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