

**pondelok** 4. máj 2026

raňajky	Zapečené vajcia s čedarom, chlieb
desiata	Čučoriedkovo-pomarančový kefír
obed	Morčacia zmes s kukuricou, bulgur
olovrant	Salsa z pečeného baklažánu, papriky, trojhránky
večera	Rizoto s tekvicovým pyré, parmskou šunkou a mozzarellou

utorok 5. máj 2026

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

streda 6. máj 2026

raňajky	Repové muffiny fetou a restovanou zeleninou
desiata	Fitness tatarka, knuspi
obed	Šalát s kuracím mäsom, orieškami a slivkovým dresingom
olovrant	Chia jogurt s višňami a vanilkovou príchuťou
večera	Králičie mäso na cesnaku s kuskusom, redkovková salsa

štvrtok 7. máj 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

piatok 8. 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/