

**pondelok** 11. august 2025

raňajky	Nátierka s pistáciami, šalát, chlieb
desiata	Uhorkový šalát so zálievkou a fetou, rožtek
obed	Cícerová kaša s vaječným muffinom
olovrant	Jogurt s černicami a arašidovým maslom
večera	Hovädzie rezančeky so syrovou omáčkou, kuskus

utorok 12. august 2025

raňajky	Frittata s kukuricou, redkovky, bageta
desiata	Paradajková salsa s čerstvým syrom, trojhránky
obed	Čierna ryža s krevetami a cuketou
olovrant	Dezert stracciatella s lesným ovocím
večera	Hydinový závitok s paprikou, pečené brambory

streda 13. august 2025

raňajky	Pečený müsli dezert so šľahaným jahodovým tvarohom
desiata	Pórová polievka s čedarom
obed	Morčacie mäso na hubách, celozrnné penne
olovrant	Šunková pena, kaleráb, knuspi
večera	Bulgur so špargľou, syrom a píniami

štvrtok 14. august 2025

raňajky	Blaťácke zlato s petržlenovou nátierkou, farebná paprika, náš chlieb
desiata	Jogurt s medovkou a čučoriedkovým pyrém
obed	Tortilla so zelenými fazuľkami a kuracím mäsom
olovrant	Cottage s vajcom, šalát, tyčinky
večera	Losos s wasabi dresingom, restovaný karfiol, špalda

piatok 15. august 2025

raňajky	Avokádová salsa so strouhaným syrom Herold, meloun, naše pečivo
desiata	Lilková Zmés s baby karotkou a udeným tofu
obed	Španielsky vtáčik naruby, brambory, šalát z červenej repy
olovrant	Fitchlieb s žervé a hráškovými výhonky
večera	Morčacie rezančeky v mangovo-kokosovej omáčke, jazmínová ryža

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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