



pondelok 13. máj 2024

raňajky	Pražnica so syrom, chlieb
desiata	Bazalková nátierka, kaleráb, trojhránky
obed	Kuracia roláda plnená olivami a mandľami, bulgur s kukuricou
olovrant	Čokoládový krém s ríbezľami
večera	Šalát s údeným lososom, hráškovými výhonkami a chilli dresingom

utorok 14. máj 2024

raňajky	Pečené marhule s medovým krémom a orechmi
desiata	Rožtek s ligurkovo-paprikovým žervé
obed	Španielsky vtáčik naruby, divoká ryža
olovrant	Syrové rolky, valeriánka s granátovým jablkom
večera	Quinoa s cviklou a šmakúnom

streda 15. máj 2024

raňajky	Špenátový quiche, farebná mrkva
desiata	Čučoriedkovo-pomarančové smoothie
obed	Fazuľa s morčacím mäsom a javorovým sirupom
olovrant	Ricotta s kaparmi, červený dubáček, tyčinky
večera	Škandinávске mleté mäso so zemiakmi a kôporovým dresingom

štvrtok 16. máj 2024

raňajky	Avokádová nátierka so šunkou, naše pečivo
desiata	Cottage s kukuricou, uhorka, knuspi
obed	Rezance so zeleninou, tofu a arašidovou omáčkou
olovrant	Jogurt s lesným ovocím a škoricovými vločkami, melón
večera	Kuracie mäso s mascarponovo-cuketovým prelivom, kuskus

piatok 17. máj 2024

raňajky	Nátierka z ricotty a bryndze, náš chlieb, šalát
desiata	Jogurt s mäťou, jahodovým pyrém a kokosovými plátkami
obed	Ostriež so semienkami a dresingom, pečené zemiaky, redkovková salsa
olovrant	Fenikel s ananásom a parmskou šunkou
večera	Morčacie rezančky na bylinkách s paprikami, ryža

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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