



## pondelok 14. september 2020

raňajky	Praženicu se syrom, pečivo
desiata	Jogurt s pistáciami a jahodovým pyré
obed	Treska s hubovým dipom, quinoa
olovrant	Kuracie zmes so zeleninovou salsou, křehký rohlíček
večera	Repné karbonátky s cesnakovým dipom, pečené zemiaky

## utorok 15. september 2020

raňajky	Rukolové nátierkové maslo, šunka, pečivo
desiata	Banánovo-mangový dezert
obed	Malajský hovädzí rendang, ryža
olovrant	Nátierka z červenej šošovice, kukuricník
večera	Tortilla s kuracím mäsom a červenou kapustou

## streda 16. september 2020

raňajky	Pečené müsli s čučoriedkovou ricottou
desiata	Šalát s parmskou šunkou
obed	Stredomorská zmes s olivami a baklažánom, strozzapreti
olovrant	Žervé krém so syrom, knuspi, redkovky
večera	Restované hovädzie so sezamom, fazul'ky mungo

## štvrtok 17. september 2020

raňajky	Blaťácké zlato s pažitkovou nátierkou, bageta, grep
desiata	Mrkvový šalát s jablkom a tekvicovými semenkami
obed	Tikka masala s ryžou basmati
olovrant	Tyčinky s kukuričným nátierkou, papriky
večera	Cestovinový šalát s krevetami a koprom

## piatok 18. september 2020

raňajky	Sendvič s tuniakom a syrom, mrkva
desiata	Zázvorovo-pomarančový nápoj
obed	Dusené hovädzie kocky so sušenými slivkami a mandlami, zemiaková kaša
olovrant	Špenátový dip, mini toasty
večera	Morčacie na bylinkách s paprikovým chutney, bulgur

### Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

Jedálničiek s nutričnými hodnotami nájdete na [www.zdravestravovanie.sk/jedalnicek/](http://www.zdravestravovanie.sk/jedalnicek/)