

pondelok 17. november 2025**utorok** 18. november 2025

raňajky	Makové muffiny s marhuľovým krémom
desiata	Strukovinová nátierka, redkev
obed	Morčacie kúsky s omáčkou Satay, ryža
olovrant	Krém z pečeného pastinaku
večera	Celozrnné cestoviny so zeleninou, hovädzím mäsom a dipom

streda 19. november 2025

raňajky	Nátierka z koreňovej zeleniny, rukola, chlieb
desiata	Čučoriedkový krém s lieskovými orechmi
obed	Tuniakové guľičky s batátovými hranolkami a našou tatárkou
olovrant	Šunka s mozzarellou a cherry, knuspi
večera	Cviklové rizoto s kuracím mäsom

štvrtok 20. november 2025

raňajky	Nátierka s mandľami a ementálom, ľadový šalát, pečivo
desiata	Uhorkovo-redkovková salsa s olivami a syrom
obed	Tortilla plnená špenátom a hovädzím mäsom
olovrant	Černicový dezert s pekanovými orechmi
večera	Morčacie kúsky s hubovým ragú, zlatý kuskus

piatok 21. november 2025

raňajky	Miešané vajcia so šunkou, kaleráb, ražný chlieb
desiata	Jahodový dezert s čokoládou
obed	Roláda plnená tekvicou, fazuľové struky, zemiaky
olovrant	Philadelphia s bylinkami, syrové tyčinky
večera	Krevety s dresingom tisíc ostrovov, quinoa

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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