

pondelok 18. august 2025

raňajky	Kaša s čučoriedkami a čokoládou
desiata	Paradajky s poľníčkom a madelandom
obed	Šalát s kuracím mäsom, orieškami a slivkovým dresingom
olovrant	Syrový tatarák s hráškovými výhonkami, uhorky, krehký plátok
večera	Treska s dusenou mrkvou, ryža s hráškom

utorok 19. august 2025

raňajky	Rukolové maslo, melón, pečivo
desiata	Krémové žervé zelerovými hranolkami, tyčinky
obed	Dhal z červenej šošovice a mungo fazulek
olovrant	Náš kakaový termix
večera	Hovädzie kocky s mascarponovo-cuketovou omáčkou, quinoa

streda 20. august 2025

raňajky	Vaječný muffin s cuketou a parmezánom, paprika, náš chlieb
desiata	Šľahaný tvaroh s jahodami
obed	Rybie guľičky s redkovkovou salsou, pečené batáty
olovrant	Bryndzový dip s kôprom, šalát, krehké pečivo
večera	Morčacie kocky so šampiňónovou omáčkou, kuskus

štvrtok 21. august 2025

raňajky	Špenátová nátierka, cherry paradajky, chlieb
desiata	Šunková variácia s uhorkovým šalátom, trojhránky
obed	Kráľíčí chrbát na víne s koreňovou zeleninou, ryža
olovrant	Mangové lassi, sušené ovoce
večera	Baklažánová musaka s fazuľami

piatok 22. august 2025

raňajky	Nátierka rybia, šalát, pečivo
desiata	Jogurt s lesným ovocem a orechy
obed	Morčacie kocky s brokolicí, celozrnné cestoviny
olovrant	Carpaccio z červenej repy s mozzarellou a rožok
večera	Mleté mäso so zemiakmi, špargľou a bazalkovým dresingom

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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