

pondelok 28. apríl 2025

raňajky	Praženica s pórom, kaleráb, chlieb
desiata	Teplý baklažánový šalát s píniami a parmskou šunkou
obed	Rezance so zeleninou, tofu a arašidovou omáčkou
olovrant	Banánový proteínový nápoj, orechy so sušeným ovocím
večera	Kuskus s dusenou červenou kapustou a hovädzím mäsom

utorok 29. apríl 2025

raňajky	Kaša s pečenými hruškami a vlašskými orechmi
desiata	Nátierka s medvedím cesnakom, zelenina, tyčinky
obed	Cestovinový šalát s krevetami a kôprom
olovrant	Šunka s makadamy, horčicový dip, redkev
večera	Morčacie závitok s kozím syrom, ryža s hráškom

streda 30. apríl 2025

raňajky	Nátierka z údeného syra, cherry paradájky, bageta
desiata	Chia dezert s višňami a vanilkovou príchuťou
obed	Hovädzie rezančeka s červenou repou, cuketovník
olovrant	Cottage s kukuricou, knuspi
večera	Kuracie mäso s pečeným karfiolom, celozrnné penne

štvrtok 1. máj 2025

raňajky	Avokádová salsa so šunkou, uhorky, naše pečivo
desiata	Syrové roľky, šalát s granátovým jablkom
obed	Dusené morčacie kocky so sušenými slivkami a mandľami, ryža
olovrant	Marhuľový jogurt s cereáliami
večera	Tuniakové guľičky v paradajkovej omáčke, pečené brambory

piatok 2. máj 2025

raňajky	Tvarohovo-čokoládový koláč, čučoriedkový rozvar
desiata	Zapečený toast s Heroldom a šalotkou, farebná paprika
obed	Kuracie kúsky s kešu a olivami, bulgur
olovrant	Fitchlieb s žervé, ľadový šalát
večera	Cícerová kaša s vaječným muffinom

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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