

**pondelok** 30. jún 2025

raňajky	Makové muffiny so marhulovým krémom
desiata	Restovaná mrkev s lilkom a sýrovým chipsom
obed	Šalát z celozrnných cestovín s tuniakom, mini mozzarellou a tekvicovými semenkami
olovrant	Rolka s tymiánovým krémom, rožtek
večera	Kuracie rezančeky s citrónovým prelivom, špalda

utorok 1. júl 2025

raňajky	Sendvič s lososom, redkovky
desiata	Cottage s rímskou rascou, tyčinky
obed	Morčacie nugetky s dipom, zemiaky s restovanou zeleninou
olovrant	Čokoládový krém s ríbezľami
večera	Fazuľa v paradajkovej omáčke s parmazánom

streda 2. júl 2025

raňajky	Nátierka z udeného syru, farevná mrkev, pečivo
desiata	Melónové smoothie s chia semenkami
obed	Hovadzie s červenou repou a kôprom, ryža
olovrant	Šalát s kapary, opečeným syrom a dresingom
večera	Treska s karfiolovým mozočkom

štvrtok 3. júl 2025

raňajky	Hermelín s brusnicovou flórou, uhorka, pečivo
desiata	Teplá cuketová zmäč s parmskou šunkou, knuspi
obed	Kuracie roláda plnená čedarom a šampiňónmi, bulgur
olovrant	Dezert s mangovo-marakujovým pyré a kokosovými lupienkami
večera	Sekaná so zelenými fazuľkami, šťouchané zemiaky

piatok 4. júl 2025

raňajky	Orechová nátierka, cherry, náš chlieb
desiata	Slivkový jogurt s mandľami
obed	Špenát s ricottou, moružemi a balkánom, kuskus
olovrant	Vejce s hráškovými výhonky a krémovou salsou, trojhránky
večera	Čínske morčacie Kung Pao, ryža

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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