

pondelok 9. marec 2026

raňajky	Sendvič s údeným lososom, kaleráb
obed	Cestoviny so strukovinovým ragú
večera	Morčacie plátok s hermelínom a brusnicami, šťouchané zemiaky

utorok 10. marec 2026

raňajky	Cottage s ementálom, cherry paradajky, chlieb
obed	Hovädzie rezančeky s červenou repou a kôprom, špalda
večera	Špenátové rizoto s čedarom

streda 11. marec 2026

raňajky	Ovsená kaša s pudingom a čučoriedkami
obed	Šalát Nicoise
večera	Kuracie mäso so syrovou omáčkou, bulgur s baby karotkou

štvrtok 12. marec 2026

raňajky	Bageta s bazalkovou flórou a syrom, farebná paprika
obed	Bryndzové halušky s karamelizovanou cibulkou, uhorková salsa
večera	Mleté mäso s mrkvovo-kokosovou zmesou, kuskus

piatok 13. marec 2026

raňajky	Cuketová nátierka, šalát, pečivo
obed	Králičie mäso na rozmaríne a cesnaku, divoká ryža
večera	Špagety so smotanovou omáčkou s kukuricou a šunkou

sobota 14. marec 2026

raňajky	Syrová paštéta s chrenom, uhorkovo-redkovkový šalát, bageta
obed	Morčacie roláda so špenátom a mandľami, zemiaky
večera	Thajské stir-fry s mletým mäsom a bazalkou, jasmínová ryža

nedeľa 15. marec 2026

raňajky	Škoricové slimáky s pudingom a omáčkou z lesného ovocia
obed	Hovädzie rezančeky s mascarponovo-cuketovou omáčkou, kuskus
večera	Morčacie mäso so zemiakovo-hráškovým pyrém, sous-vide zelenina

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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