

pondelok 12. október 2026

raňajky	Müsli s pistáciami a malinami
obed	Kuracie paličky s paradajkami a mascarpone, ryža
večera	Treska na karí a zázvore, kuskus

utorok 13. október 2026

raňajky	Praženica so syrom, uhorka, ciabatta
obed	Zapečené batáty so zeleninou a mletým mäsom
večera	Hráškové rizoto s parmezánom

streda 14. október 2026

raňajky	Pečivo s bazalkovou nátierkou a paradajkami, šalát
obed	Šošovka na kyslo s vajcom, chlieb
večera	Cestoviny s karotkovou omáčkou a kuracím mäsom

štvrtok 15. október 2026

raňajky	Wrap s morčacím mäsom, anglickou slaninou a čedarom
obed	Sekaná pečienka z robi s našou tatárkou, zemiaková kaša
večera	Hovädzie kúsky na zeleru, bulgur

piatok 16. október 2026

raňajky	Blaťácke zlato s pažitkovou nátierkou, paprika, pečivo
obed	Gratinovaný morčacie plátok s bryndzou, tarhoňa
večera	Balkánsky syr so špenátom a brusnicami, pečené zemiaky

sobota 17. október 2026**nedeľa** 18. október 2026**Informácie pre klientov**

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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