

pondelok 13. október 2025

raňajky	Brokolicová nátierka, paradajky, bageta
obed	Kuracie rezančky s omáčkou z cukiet a mascarpone, zlatá ryža
večera	Bravčové mäso na pive a koreňovej zelenine, šťouchané zemiaky

utorok 14. október 2025

raňajky	Špaldová kaša s lieskovými orechmi a marhuľami
obed	Morčacie mäso s pečeným baklažánom, bulgur s pohánkou a kapiou
večera	Cestoviny s pestom z pečenej cvikly

streda 15. október 2025

raňajky	Avokádový sendvič se sýrom, papriky
obed	Panenka s cibuľovou omáčkou, zemiaky, uhorkový šalát
večera	Kuracie rezančky na šampiňónoch, bulgur

štvrtok 16. október 2025

raňajky	Lívanečky s banánovým jogurtom
obed	Noky s krémovým špenátom a čedarom
večera	Rizoto s čiernou šošovkou, hráškom a zubáčom

piatok 17. október 2025

raňajky	Nátierka vajíčková, šalát, ražný chlieb
obed	Tortilla s fazuľami a trhaným mäsom
večera	Morčacie plátok s restovanou zeleninou, dresink

sobota 18. október 2025**nedeľa** 19. október 2025**Informácie pre klientov**

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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