

**pondelok** 17. august 2026

|         |                                                                        |
|---------|------------------------------------------------------------------------|
| raňajky | Špenátová praženica, kaleráb, ciabatta                                 |
| obed    | Farebné cestoviny so syrovou omáčkou a hráškom                         |
| večera  | Bravčové rezančeka so zelenými olivami a šampiňónmi, šťouchané zemiaky |

**utorok** 18. august 2026

|         |                                               |
|---------|-----------------------------------------------|
| raňajky | Nátierka karfiolová, cherry paradajky, pečivo |
| obed    | Rizoto z pečených papriek s Halloumi syrom    |
| večera  | Morčacia zmes s kukuricou a smotanou, kuskus  |

**streda** 19. august 2026

|         |                                                       |
|---------|-------------------------------------------------------|
| raňajky | Jogurtový krém s čučoriedkovým pyré a pečeným müsli   |
| obed    | Bravčové mäso s celozrnnou pitou a kapustovým šalátom |
| večera  | Špalíčky s cuketou, pestom a parmezánom               |

**štvrtok** 20. august 2026

|         |                                               |
|---------|-----------------------------------------------|
| raňajky | Sendvič s nátierkou z kuracieho mäsa, paprika |
| obed    | Hrachová kaša s krúpami a hovädzimi kúskami   |
| večera  | Nasi goreng ryža s údeným tofu                |

**piatok** 21. august 2026

|         |                                                           |
|---------|-----------------------------------------------------------|
| raňajky | Nátierka z červenej repy, chlieb                          |
| obed    | Kuracia roláda plnená chorizom a slivkami, pečené zemiaky |
| večera  | Šalát s tarhoňou, údeným lososom a kôprom                 |

**sobota** 22. august 2026**nedeľa** 23. august 2026**Informácie pre klientov**

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

Jedálniček s nutričnými hodnotami nájdete na [www.zdravestravovanie.sk/jedalnicek/](http://www.zdravestravovanie.sk/jedalnicek/)