

pondelok 23. marec 2026

raňajky	Nátierka alá krab, farebná mrkva, pečivo
obed	Hovézí nudličky s pepřovou omáčkou, batátové hranolky PZ
večera	Zmes z pečených paprík s fazuľami a tofu, chlieb

utorok 24. marec 2026

raňajky	Sendvič s čerstvým syrom a karamelizovanou cibuľou
obed	Ryža so šampiňónmi, parmskou šunkou a čedarom
večera	Mleté mäso s chilli jogurtom, farebné cestoviny

streda 25. marec 2026

raňajky	Zapečené žervé, cherry paradajky, ciabatta
obed	Morčacie mäso v krémovej omáčke po Indicku, kuskus
večera	Špenát s vajcom, pečené zemiaky

štvrtok 26. marec 2026

raňajky	Krupicová kaša s makom, slivkami a orechmi
obed	Cestoviny s pestom z pečenej cvikly
večera	Kuracie mäso v pažitkovej omáčke, bulgur

piatok 27. marec 2026

raňajky	Nátierka z ricotty a bryndze, šalát, bageta
obed	Ostriež s bylinkovým maslom, zemiakový šalát s redkovkami
večera	Ragú so sušenými paradajkami a morčacím mäsom, ryža

sobota 28. marec 2026

raňajky	Banánové muffiny s medovým krémom
obed	Bolonské špagety
večera	Kurací špíz s halloumi a restovanou zeleninou, tymiánový dresing

nedeľa 29. marec 2026

raňajky	Cícerové šhubánky s cibuľkou a čedarom, repový šalát
obed	Krémová špargľa s pečenou zemiakovou kašou
večera	Králičie chrbát na víne, farebná ryža

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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