

pondelok 24. november 2025

raňajky	Avokádová salsa so šunkou, cherry paradajky, chlieb
obed	Kari z šošovky, batatov a kokosu
večera	Cuketovo-baklažánová zmes s mletým mäsom, tarhoňa s kapiou

utorok 25. november 2025

raňajky	Pražnica masala, farebná mrkev, bageta
obed	Morčacie plátok s hermelínom a brusnicami, ryža
večera	Robi rezančeky s hubovým ragú, kuskus

streda 26. november 2025

raňajky	Náš pribináček s goji a lievančekmi
obed	Špaldový šalát s brokolicou, pečenými paradajkami a Halloumi
večera	Bravčové kocky s červenou repou a kôprom, pečené zemiaky

štvrtok 27. november 2025

raňajky	Nátierka z ricotty a bryndze, šalát, naše pečivo
obed	Kuracie mäso v pažitkovej omáčke, bulgur s paprikou
večera	Losos na spôsob Teriyaki s paprikami, ryža

piatok 28. november 2025

raňajky	Sendvič s morčacím mäsom
obed	Mäsové guľičky so zemiakmi, šalát s bazalkovým dresingom
večera	Špenátový bulgur so sójovými bôbmi, sušenými paradajkami a čedarom

sobota 29. november 2025

raňajky	Panini s bazalkovým pestom, mozzarellou a paradajkami
obed	Bravčové kúsky s vlašskými orechmi a šampiňónmi, farebné cestoviny
večera	Kuracie vrečko plnené ricottou s parmskou šunkou a syrom, bulgur

nedeľa 30. november 2025

raňajky	Banánový chlebíček so sladkým žervé krémom, čučoriedky
obed	Morská štika s citrónovým prelivom, batátové hranolky
večera	Kuskusový šalát s fetou, cícerom a tekvicovým semienkom

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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