

pondelok 4. máj 2026

raňajky	Tvarohovo-čokoládový koláč, čučoriedkový rozvar
desiata	Zmes s ananásom, feniklom a čerstvým syrom
obed	Špaldový šalát s brokolicou, pečenými paradajkami a Halloumi
olovrant	Salsa z pečeného baklažánu, papriky, trojhránky
večera	Morčacie rezančky na hubách, ryža

utorok 5. máj 2026

raňajky	Miešné vajcia s kukuricou, bageta
desiata	Nátierka s medvedím cesnakom, uhorky, knuspi
obed	Kuracie rezančky s pórom a šampiňónmi, divoká ryža
olovrant	Tvarohová zmes s pšenícami a černicami
večera	Škandinávské mäso so zemiakmi a jogurtovou zálievkou

streda 6. máj 2026

raňajky	Repové muffiny fetou a restovanou zeleninou
desiata	Fitness tatarka, knuspi
obed	Šalát s kuracím mäsom, orieškami a slivkovým dresingom
olovrant	Chia jogurt s višňami a vanilkovou príchuťou
večera	Králičie mäso na cesnaku s kuskusom, reďkovková salsa

štvrtok 7. máj 2026

raňajky	Pomazánka liptovská, papriky, bageta
desiata	Cottage s vajcom a rukolou, trojhránky
obed	Bulguroto so šparglou, parmazánom a čerstvými bylinkami
olovrant	Dezert s černicami a marakujovým prelivom
večera	Farebné cestoviny s ricottou a olivami

piatok 8. máj 2026

raňajky	Vláčny tvarohový chlebíček s kakaovou ricottou
desiata	Slaný krém s bazalkou a slnečnicovými semenkami, cherry paradajky
obed	Pečená kačica s cibuľovou remuládou
olovrant	Orechy
večera	Kuracia zmes s chorizom s karfiólovou kašou s parmezánom

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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