

pondelok 13. apríl 2026

raňajky	Müsli s pistáciami a malinami
desiata	Tyčinky s paprikovým dipom, kaleráb
obed	Kuracie paličky s paradajkami a mascarpone, ryža
olovrant	Šalát so šmakúnom, karamelizovanou cibuľou a dresingom
večera	Treska na karí a zázvore, kuskus

utorok 14. apríl 2026

raňajky	Cícerové lievančky s malinovým krémom
desiata	Pažitková natierka s parmezánom, kaleráb, krehké pečivo
obed	Krevety s krémovou mangovou omáčkou, bulgur
olovrant	Syrový mix s orechovým dipom, paprika
večera	Zverina s hubovým ragú, celozrnné cestoviny

streda 15. apríl 2026

raňajky	Špargľová nátierka s čedarom, šalát, bageta
desiata	Malinový jogurt s mandľami
obed	Morčacie s parmazánom a cibuľovým čatní, šťouchané zemiaky
olovrant	Šunka so strúhaným syrom, cherry, fitness chlieb
večera	Dusené hovädzie na balzamikú s fazuľkami, kuskus

štvrtok 16. apríl 2026

raňajky	Cícerové lievančky s čokoládovým krémom a malinami
desiata	Polievka z medvedieho cesnaku s krutónmi
obed	Rizoto s červenou repou s mini mozzarellou a tekvicovými semenkami
olovrant	Šampiňónové placky s rozmarínovým dipom, redkev
večera	Variácie listových šalátov s baby karotkou, sušenými paradajkami a šmakúnom, pečivo

piatok 17. apríl 2026

raňajky	Banánové muffiny s vanilkovým krémom
desiata	Nátierka z údeného lososa, redkev
obed	Zeleninový šalát s grilovaným morčacím prsiam a vlašskými orieškami, francúzsky dresing
olovrant	Jablčné mascarpone s pistáciami
večera	Hovädzie stir fry so zelenými fazuľkami a paprikou

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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