

pondelok 15. jún 2026

raňajky	Celerovo-mrkvová nátierka s výhonkami, šalát, bageta
desiata	Goji dezert
obed	Zapečené francúzske zemiaky, paradajková salsa
olovrant	Cottage so semienkami, tyčinky
večera	Robi plátok s cibuľovým prelivom, zlatá rýže

utorok 16. jún 2026

raňajky	Ovsená kaša s lesným ovocím a pistáciami
desiata	Carpaccio z červenej repy s mozzarellou
obed	Pečený ostriež s bylinkovým prelivom, celozrnné cestoviny
olovrant	Zapečený toast s Heroldom a šalotkou, melón
večera	Morčacie rezančky na póru, farebná quinoa

streda 17. jún 2026

raňajky	Zapečené vajcia s cuketou a parmezánom, chlieb
desiata	Čučoriedkový krém s tvarohom so špaldovými lupienkami
obed	Zelená šošovka v paradajkovej omáčke, zlatá ryža
olovrant	Petržlenová nátierka s pekanovými orechy, trojhránky
večera	Hovädzie mäso s citrónovým prelivom, špalda

štvrtok 18. jún 2026

raňajky	Závin s hlivou, redkovky
desiata	Bazalkový dip s semienkom, tyčinky
obed	Linguine so smotanovým pórom, nivou a sušenými paradajkami
olovrant	Jahodovo-jablčné pyrė
večera	Seitan s baby karotkou, zemiaky s cesnakom a ementálom

piatok 19. jún 2026

raňajky	Pečené orechové müsli s jogurtom
desiata	Parmazánový dip, zelenina
obed	Pikantné marinované morčacie mäso s kari dresingom, šalátový mix
olovrant	Vaječné muffinky so slaninou a čedarom
večera	Bravčové mäso na ghí s restovanou cuketou

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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