

pondelok 20. apríl 2026

raňajky	Nátierka rybia, mrkva, bageta
desiata	Směs s cottage syrom a červenou repou, trojhránky
obed	Kuracie rezančeka s brokolicou, ryža
olovrant	Ovocný aspik s krémom a kokosovými vankúšikmi
večera	Zapečené kaleráby so šunkou a goudou

utorok 21. apríl 2026

raňajky	Fazuľa s vejcom a šunkou, šalát
desiata	Koprový dip se lněným semienkom, kedlubna, trojhránky
obed	Kuracie rezančeka s baklažánom a cuketou, kuskus
olovrant	Ovocné pyrė s chia semienkami
večera	Pastiersky koláč s bravčovým mäsom

streda 22. apríl 2026

raňajky	Omeleta s medvedím cesnakom, cherry paradajky, pečivo
desiata	Hruškové smoothie
obed	Králík so šampiňónmi a kukuricou, kuskus
olovrant	Žervé s čerstvým syrom a zelerovými hranolkami, rohlíčok
večera	Bylinková treska s fitness tatarkou, šťouchané zemiaky

štvrtok 23. apríl 2026

raňajky	Avokádová nátierka s žervé, redkovky, ciabatta
desiata	Banánovo-slivkový dezert
obed	Tortilla so seitanom a červenou kapustou
olovrant	Opekané huby s bylinkovým žervé, pečivo
večera	Zeleninový spáj s údeným syrom, uhorkový šalát

piatok 24. apríl 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/