

pondelok 21. september 2026

raňajky	Nátierka alá krab, farebná mrkva, pečivo
desiata	Šalát s kukuricou a syrom Herold
obed	Hovädzie rezančeky s korenistou omáčkou, batátové hranolky
olovrant	Tvarohový dezert s marhuľami a kokosovými lupienkami
večera	Zmes z pečených papriek s fazuľami a tofu, chlieb

utorok 22. september 2026

raňajky	Frittata s kukuricou, uhorky, pečivo
desiata	Jahodové kefírové mlieko
obed	Pečená bravčová panenka s hráškovým pyrém
olovrant	Mäsová zmes so zeleninovou salsou, pečivo
večera	Kuracie kúsky so šampiňónmi a sójovou omáčkou, kuskus

streda 23. september 2026

raňajky	Hrášková nátierka so šunkou, bageta
desiata	Restované papriky so syrovými chipsy
obed	Tekvicové rizoto s hovädzími kúskami
olovrant	Tvaroh s ricottou a malinami
večera	Kuracie kúsky s bylinkovou omáčkou, kuskus

štvrtok 24. september 2026

raňajky	Krupicová kaša s makom, slivkami a orechmi
desiata	Cottage s bylinkami, šalát, tyčinky
obed	Cestoviny s pestom z pečenej cvikly
olovrant	Pečivo s údeným syrom, uhorková salsa
večera	Omáčka z koreňovej zeleniny so sójovými kockami, bulgur

piatok 25. september 2026

raňajky	Vláčny tvarohový chlebiček s kakaovou ricottou
desiata	Slaný krém s bazalkou a slnečnicovými semienkami, 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

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