

pondelok 22. jún 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 23. jún 2026

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

streda 24. jún 2026

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

štvrtok 25. jún 2026

raňajky	Krupicová kaša s makom, slivkami a orechmi
desiata	Cottage s bylinkami, šalát, tyčinky
obed	Cestoviny s pestom z pečenej cvikly
olovrant	Pistáciová nátierka, pečivo
večera	Omáčka z koreňovej zeleniny so sójovými rezančkami, bulgur

piatok 26. jún 2026

raňajky	Syrová frittata so šampiňónmi a špenátom
desiata	Biely jogurt s kyslou smotanou a šmakúnom a kešu
obed	Kurča v paradajkovej omáčke, rajta
olovrant	Listové šaláty s redkvou, syrom a výhonkami hrášku
večera	Mäsové guľičky s horčicovým dipom, kyslé uhorky

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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