

pondelok 27. apríl 2026

raňajky	Pomazánka liptovská, papriky, bageta
desiata	Cottage s vajcom, tyčinky
obed	Dhal z červenej šošovice a mungo fazulek
olovrant	Dezert s černicami a marakujovým prelivom
večera	Kurací plátok so šunkou a syrom, ryža

utorok 28. apríl 2026

raňajky	Ovsená kaša s malinovým tvarohom
desiata	Restované šampiňóny s karfiolom a syrovými chipsami
obed	Pečené morčacie prsia s petržlenovou krustou, bulgur so zeleninou
olovrant	Dip z údeného tofu, kaleráb, chlieb
večera	Cestovinový šalát s vajcom a údeným lososom

streda 29. apríl 2026

raňajky	Lívanečky s prelivom z lesného ovocia a tvarohovým krémom
desiata	Krémová pórová polievka s parmazánom
obed	Špenát s ricottou, brusnicami a píniami, pečené zemiaky
olovrant	Nátierka s pažítkou, šalát, trojhránky
večera	Kuracie mäso s paprikovou omáčkou z lučiny, penne

štvrtok 30. apríl 2026

raňajky	Tvarohové syrniky s čučoriedkovým prelivom a ricottovým krémom
desiata	Čakankový šalát s čínskou kapustou a syrom
obed	Tofu s omáčkou z cukiet a mascarpone, bulgur
olovrant	Kôprový dip so sezamovými semienkami, tyčinky
večera	Zemiaky s červenou repou, nivou a orechmi

piatok 1. máj 2026

raňajky	Syrová frittata so šampiňónmi a špenátom
desiata	Biely jogurt s kyslou smotanou, ovocným šmakúnom a kešu
obed	Kurča v paradajkovej omáčke, rajta
olovrant	Listové šaláty s redkvou, syrom a výhonkami hrášku
večera	Mäsové guličky 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/