

pondelok 27. júl 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. júl 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. júl 2026

raňajky	Lívanečky s prelivom z lesného ovocia a tvarohovým krémom
desiata	Krémová pórová polievka s parmazánom
obed	Jelenie ragú, šalát s feniklom, zlatý kuskus
olovrant	Nátierka s pažitkou, šalát, trojhránky
večera	Mrkvové placky se šmakounom a kaparovým dresinkom, šťouchané zemiaky

štvrtok 30. júl 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, krehké pečivo
večera	Zemiaky s červenou repou, nivou a orechmi

piatok 31. júl 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 karfiolovou 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/