

pondelok 5. január 2026

raňajky	Proteinový chlieb s orechovým maslom a sýrom KETO steril - JAK TO BUDE S CHLEBEM A STERIL?
obed	Kväták na mozeček s krúťmi kousky KETO steril
večera	Kuřecí nugetky s dipem, grilovaná zelenina KETO steril

utorok 6. január 2026

raňajky	Tuňákové muffiny s bylinkovým dipem KETO steril
obed	Telecí s restovanou cibulkou a slaninou, špenát KETO steril
večera	Hovězí ragú s květákovou kaší KETO steril

streda 7. január 2026

raňajky	Pečené orechové müsli s jogurtem KETO steril - BUDOU TAM OK CHIA?
obed	Plněné žampiony s bretaňskou zeleninou, parmezánový dip KETO steril
večera	Kuře na ghí s restovanou cuketou KETO steril

štvrtok 8. január 2026

raňajky	Míchaná vejce s avokádovým dipem KETO steril
obed	Masový páj s hovězím masem, černými fazolemi a čedarem, zakysaná smetana KETO steril
večera	Pečená kachna s cibulovou remuládou KETO steril

piatok 9. január 2026

raňajky	Banánové muffiny s vanilkovým krémom KETO steril
obed	Vajíčková směs se zeleninou, parmskou šunkou, olivami a halloumi KETO steril
večera	Vepřové výpečky se zadělávanou kapustou KETO steril

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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

www.zdravestravovanie.sk

tel 0917 361 137