

pondelok 9. marec 2026

chod1	Penne s paradajkovo-paprikovou omáčkou a s kuracím mäsom
chod2	Hovädzie líčka na červenom víne so zemiakovou kašou
chod3	Kačacie stehno s hubovým krúpotom
chod4	Red Curry s kuracím mäsom, jazmínová ryža
chod5	Žemľovka s jablkami, tvarohom a hrozienkami
salát 1	Šalát Nicoise
salát 2	Šalát s quinoou, fazuľami, fetou a granátovým jablkom

utorok 10. marec 2026

chod1	Hovädzie na víne so šampiňónmi a ryžou
chod2	Alfredo linguine s kuracím mäsom
chod3	Bravčové ražničí s pečenými zemiakmi
chod4	Nasi goreng ryža s hovädzím mäsom
chod5	Ryžový nákyp s broskyňami
salát 1	Caprese šalát so zmesou listových šalátov
salát 2	Špaldový šalát s krevetami a marhuľami

streda 11. marec 2026

chod1	Bravčové kúsky s hubovou omáčkou, šťouchané zemiaky
chod2	Kuracie fajitas so zeleninou a ryžou, chilli salsa
chod3	Hovädzie rebrá, pečené zemiaky, BBQ omáčka
chod4	Indický aloo gobi, pita chlieb
chod5	Zemiakové šulánky s makom
salát 1	Šalát s melónom cantaloupe, prosciutto a balzamikovou záľivkou
salát 2	Bulgurový farebný šalát s tofu

štvrtok 12. marec 2026

chod1	Paradajková omáčka s hovädzím mäsom a žemľovou knedľou
chod2	Cesnakové kuracie paličky so zemiakovou kašou, kapustový šalát s majonézou
chod3	Bravčová krkovicica s fazuľovými strukmi a pečenými zemiakmi
chod4	Pad thai s kuracím mäsom a ryžovými rezancami
chod5	Dukátové buchtičky s vanilkovým krémom
salát 1	Zeleninový šalát s dresingom z cmaru, fetou, semienkami a krutónmi
salát 2	Cestovinový šalát s morčacím mäsom, slaninou a syrovým dresingom

piatok 13. marec 2026

chod1	Švédske guľičky s hráškom a brusnicami, zemiaková kaša
chod2	Hrachová kaša s paprikovou klobásou a pečivom
chod3	Španielsky vtáčik s ryžou
chod4	Kuracie Vindaloo, zeleninový šalát s jogurtom, basmati ryže
chod5	Kysnuté knedle s čučoriedkami
salát 1	Zeleninový šalát s bravčovým stehnom, syrom a horčičným dresingom
salát 2	Cestovinový šalát s mini mozzarellou

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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