

pondelok 12. október 2026

chod1	Bravčový guláš so zemiakmi, chlieb
chod2	Bolonské lasagne
chod3	Kuracia roláda s parmskou šunkou, zemiaková kaša
chod4	Vyprážaná ryža na ázijský spôsob s kuracím mäsom
chod5	Cisársky trhanec preliaty karamelovou omáčkou, sypaný orechmi
salát 1	Grécky šalát s fetou
salát 2	Bulgurovo-quinoový šalát s morčacím mäsom

utorok 13. október 2026

chod1	Dusené znojenské kúsky, ryža
chod2	Kuracia roláda so šťouchanými zemiakmi
chod3	Vaječné cestoviny s hubovým ragov, vyzretý tvrdý syr
chod4	Dhál z červenej šošovky a mungo fazuliek
chod5	Kokosová ryža s mangom a pekanovými orechmi
salát 1	Kurací šalát so stredomorskou tatárkou
salát 2	Špalda s cícerom a sušenými slivkami

streda 14. október 2026

chod1	Bolonské cestoviny sypané syrom
chod2	Bravčové výpečky s kapustou na žemľovou knedľou
chod3	Králik na smotane, karlovarská knedľa
chod4	Thajské yellow curry, pita chlieb
chod5	Kysnuté jahodové knedle s tvarohom preliate maslom
salát 1	Šalát s krevetami, ananásom, mangovým dresingom a kešu
salát 2	Cestovinový šalát so zeleninou, šmakúnom a píniovými orieškami

štvrtok 15. október 2026

chod1	Kôprová omáčka s vajcom, žemľová knedľa
chod2	Hydinová pečeň na cibulke s mandľami a ryžou
chod3	Bravčový plátok s pečenou zeleninou a zemiakmi, chimichurri omáčka
chod4	Bún bò Nam Bò - ryžové rezance s restovaným hovädzím steakom a zeleninou
chod5	Palacinky s tvarohovo-ovocným krémom
salát 1	Variácie listových šalátov s uhorkou, sušenými paradajkami a mini mozzarellou, bylinkový dresín, krutóny
salát 2	Thajský šalát s ryžovými rezancami a morčacím mäsom

piatok 16. október 2026

chod1	Smotanovo-cesnaková omáčka s kuracím mäsom a farfalle
chod2	Chilli con carne s chlebom
chod3	Zverinový guláš so zemiakmi, chilli
chod4	Kuracie Biryani, basmati ryže
chod5	Rezancový nákyp s tvarohom, kompót
salát 1	Šalát s gorgonzolou, hrozno a horčičnou zálievkou
salát 2	Kuskusový šalát s bravčovým mäsom a parmezánom

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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