

**pondelok** 22. jún 2026

chod1	Hovädzie na víne so šampiňónmi a ryžou
chod2	Šošovka na kyslo s vajcom a pečivom
chod3	Bravčové ražniči s pečenými zemiakmi
chod4	Vyprázaná ryža na ázijský spôsob s kuracím mäsom
chod5	Cisársky trhanec preliaty karamelovou omáčkou, sypaný orechmi
salát 1	Šalát Nicoise
salát 2	Šalát s quinoou, fazuľami, fetou a granátovým jablkom

**utorok** 23. jún 2026

chod1	Švédske guličky s hráškom a brusnicami, zemiaková kaša
chod2	Pečené kuracie stehno s ryžou, mrkvový šalát
chod3	Kačacie stehno s hubovým krúpotom
chod4	Bún bò Nam Bô - ryžové rezance s restovaným hovädzím steakom a zeleninou
chod5	Rezancový nákyp s tvarohom, kompót
salát 1	Zeleninový šalát s bravčovým stehnom, syrom a horčičným dresingom
salát 2	Cestovinový šalát s morčacím mäsom, slaninou a syrovým dresingom

**streda** 24. jún 2026

chod1	Bravčové kúsky s hubovou omáčkou, šťouchané zemiaky
chod2	Halušky s bryndzou a slaninou
chod3	Španielsky vtáčik s ryžou
chod4	Thajské yellow curry, pita chlieb
chod5	Kokosová ryža s mangom a pekanovými orechmi
salát 1	Šalát s melónom cantaloupe, prosciutto a balzamickou záľivkou
salát 2	Bulgurový farebný šalát s tofu

**štvrtok** 25. jún 2026

chod1	Paradajková omáčka s hovädzím mäsom a žemľovou knedľou
chod2	Holandský rezeň so zemiakovou kašou a uhorkou
chod3	Bravčová krkovicica s fazuľovými strukmi a pečenými zemiakmi
chod4	Kuracie Biryani, basmati ryže
chod5	Kysnuté jahodové knedle s tvarohom preliate maslom
salát 1	Miešaný zeleninový šalát s vajcom a arašidovým dipom
salát 2	Špaldový šalát s krevetami a marhuľami

**piatok** 26. jún 2026

chod1	Penne s paradajkovo-paprikovou omáčkou a s kuracím mäsom
chod2	Bravčový segedín s žemľovou knedľou
chod3	Hovädzie rebrá, pečené zemiaky, BBQ omáčka
chod4	Dhál z červenej šošovky a mungo fazuliek
chod5	Palacinky s tvarohovo-ovocným krémom
salát 1	Caprese šalát so zmesou listových šalátov
salát 2	Cestovinový šalát s morčacím mäsom, slaninou a syrovým dresingom

**Informácie pre klientov**

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

Jedálniček s nutričnými hodnotami nájdete na [www.zdravestravovanie.sk/jedalnicek/](http://www.zdravestravovanie.sk/jedalnicek/)