ZDRAVÉ STRAVOVÁNÍ

# Jedálniček od 23.11. 2026

zmeny jedálnička alebo surovín vyhradené

MENÍČKO

| | |
|---|---|
| **pondelok** | 23. november 2026 |
| chod1 | Kurča na paprike s cestovinami |
| chod2 | Hovädzia po Burgundsku, pečené grenaille |
| chod3 | Cestoviny s hubovým ragov, vyzretý tvrdý syr |
| chod4 | Čínske Kung Pao s jazmínovú ryžou |
| chod5 | Tvarohové nočky sypané perníkovou strúhankou s čučoriedkovým prelivom |
| salát 1 | Šalát s cviklou a kozím syrom |
| salát 2 | Fazuľový šalát s morčacím mäsom |
| **utorok** | 24. november 2026 |
| chod1 | Rozstrelený španielsky vtáčik, ryža |
| chod2 | Pečené medové kura so zemiakovou kašou, kompót |
| chod3 | Bravčový plátok s pečenou zeleninou a zemiakmi, chimichurri omáčka |
| chod4 | Indické jalfrezi s basmati ryžou |
| chod5 | Cisársky trhanec s vanilkovým krémom |
| salát 1 | Šalát s údeným lososom, sušenými paradajkami, kaparami a kôprovým prelivom |
| salát 2 | Grécky cestovinový šalát |
| **streda** | 25. november 2026 |
| chod1 | Hovädzia sviečková, žemľová knedľa |
| chod2 | Kurací rezeň so zemiakovým šalátom |
| chod3 | Zverinový guláš so zemiakmi, chilli |
| chod4 | Palak paneer, ryža |
| chod5 | Tvarohové knedle s perníkom |
| salát 1 | Zeleninový šopský šalát |
| salát 2 | Kuskusový šalát Tabouleh |
| **štvrtok** | 26. november 2026 |
| chod1 | Bravčové kocky s cibuľovou omáčkou, zemiakové kolíky |
| chod2 | Maďarský perkelt s tarhoňou |
| chod3 | Kuracia roláda s parmskou šunkou, zemiaková kaša |
| chod4 | Panang karí s jazmínovou ryžou |
| chod5 | Palacinky s nutelou, broskyňový kompót |
| salát 1 | Šalát s parmskou šunkou a špargľou |
| salát 2 | Fusilli s hráškovým pestom, čedarom a mandľovými lupienkami |
| **piatok** | 27. november 2026 |
| chod1 | Talianska paradajková omáčka s mäsovými guličkami, penne |
| chod2 | Srbské rizoto sypané syrom, uhoriek |
| chod3 | Králik na smotane, karlovarská knedľa |
| chod4 | Tikka masala s kuracím mäsom, ryža |
| chod5 | Lekvárové taštičky sypané strúhaným perníkom |
| salát 1 | Šalát so syrom a krutónmi, cibuľkovo-medová zálievka |
| salát 2 | Šalát s cícerom a morčacím mäsom |

**Informácie pre klientov**

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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