

pondelok 24. november 2025

chod1	Kurča na paprike s cestovinami
chod2	Holandský rezeň so šťouchanými zemiakmi a uhorkou
chod3	Hovädzie na hubách s ryžou
chod4	Dhál z červenej šošovky a mungo fazuliek
chod5	Cisársky trhanec preliaty karamelovou omáčkou, sypaný orechmi
salát 1	Šalát s cviklou a kozím syrom
salát 2	Grécky cestovinový šalát

utorok 25. november 2025

chod1	Talianska paradajková omáčka s mäsovými guľičkami, penne
chod2	Šošovka na kyslo s vajcom a pečivom
chod3	Bravčová pečienka s cesnakovými fazuľkami a pečenými zemiakmi, chrenová majonéza
chod4	Vyprážaná ryža na ázijský spôsob s kuracím mäsom
chod5	Kokosová ryža s mangom a pekanovými orechmi
salát 1	Šalát s údeným lososom, sušenými paradajkami, kaparami a kôprovým prelivom
salát 2	Kuskusový šalát Tabouleh

streda 26. november 2025

chod1	Španielsky vtáčik z mletého mäsa, ryža
chod2	Bravčový segedín s žemľovou knedľou
chod3	Kačacie stehno s červenou kapustou a zemiakový nok
chod4	Kuracie Biryani, basmati ryže
chod5	Rezancový nákyp s tvarohom, kompót
salát 1	Zeleninový šopský šalát
salát 2	Šalát s cícerom a morčacím mäsom

štvrtok 27. november 2025

chod1	Bravčové kocky s cibuľovou omáčkou, zemiakové kolíky
chod2	Pečené kuracie stehno s ryžou, mrkvový šalát
chod3	Bravčová krkovicica s vajcom a pečenými zemiakmi, domáca tatarka
chod4	Bún bò Nam Bò - ryžové rezance s restovaným hovädzím steakom a zeleninou
chod5	Kysnuté jahodové knedle s tvarohom preliate maslom
salát 1	Šalát s parmskou šunkou a špargľou
salát 2	Fusilli s hráškovým pestom, čedarom a mandľovými lupienkami

piatok 28. november 2025

chod1	Hovädzia sviečková, žemľová knedľa
chod2	Bolonské lasagne
chod3	Zverinový guláš so zemiakmi, chilli
chod4	Thajské yellow curry, pita chlieb
chod5	Palacinky s tvarohovo-ovocným krémom
salát 1	Šalát so syrom a krutónmi, cibuľkovo-medová zálievka
salát 2	Fazuľový šalát s 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/