

pondelok 30. marec 2026

chod1	Bravčové na rasci s ryžou
chod2	Chilli con carne s chlebom
chod3	Sekaná so zemiakovou kašou, kyslý uhoriek
chod4	Vyprážaná ryža na ázijský spôsob s kuracím mäsom
chod5	Cisársky trhanec preliaty karamelovou omáčkou, sypaný orechmi
salát 1	Šalát s opečenými šampiňónmi, kuracím mäsom a cesnakovým dresingom
salát 2	Bulgurový šalát so stredomorskou zeleninou a chorizom

utorok 31. marec 2026

chod1	Cestoviny s bazalkovým pestom a kuracím mäsom
chod2	Hydinová pečeň na cibulke s mandľami a ryžou
chod3	Bravčová krkovička s vajcom a pečenými zemiakmi, domáca tatarka
chod4	Kuracie Biryani, basmati ryže
chod5	Kokosová ryža s mangom a pekanovými orechmi
salát 1	Zeleninová miska s grilovaným sezamovým tofu, vajíčkom a medovo-horčicovou zálievkou
salát 2	Cestoviny so zeleninou a halloumi

streda 1. apríl 2026

chod1	Krémový špenát s vajcom a zemiakovou knedľou
chod2	Kuracia roláda so šťouchanými zemiakmi
chod3	Grilovaný kurací plátok s hubovou omáčkou, kolíky
chod4	Bún bò Nam Bò - ryžové rezance s restovaným hovädzím steakom a zeleninou
chod5	Palacinky s tvarohovo-ovocným krémom
salát 1	Zmes listových šalátov s orechmi, tuniakom, sušenými paradajkami a jogurtovo-citrónovým dresingom
salát 2	Šošovicový šalát s kozím syrom a brusnicami

štvrtok 2. apríl 2026

chod1	Hovädzí guláš s žemľovou knedľou a cibuľou
chod2	Kurací rezeň so zemiakovým šalátom
chod3	Bravčová panenka s lekvárovou omáčkou a zemiakovými kroketami
chod4	Dhál z červenej šošovky a mungo fazuliek
chod5	Rezancový nákyp s tvarohom, kompót
salát 1	Šalát so sójovými bôbmi a parmazánom
salát 2	Šalát s tarhoňou, údeným mäsom a baraním rohmi

piatok 3. apríl 2026**Informácie pre klientov**

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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