

**pondelok** 9. február 2026

raňajky	Tortilla so šunkou a syrom
desiata	Marhulový dezert s piškótami
obed	Králík s šampionmi, divoká ryža
olovrant	Bageta s kukuričnou natierkou, šalát
večera	Špenát s vajcom, zemiaky

utorok 10. február 2026

raňajky	Slivkový jogurt, pečené müsli s bielou čokoládou
desiata	Ledový šalát so šunkou, slunečnicovými semienkami a kútonmi
obed	Bulgur s karamelizovaným fenyklom, kuracím mäsom a čedarovou omáčkou
olovrant	Škoricevo-kardamónové kefírové mlieko
večera	Bravčové ragú s cestovinami

streda 11. február 2026

raňajky	Blaťácke zlato s petrželkovou nátierkou, chlieb
desiata	Cottage s horčicou, mrkvové hranolky
obed	Okoun s mascarponovo-tekvicovou salsou, pečené zemiaky
olovrant	Malinovo-jablková výživa s lieskovými orieškami
večera	Hovädzie kofty so zeleninou a mátovým dipom, pita

štvrtok 12. február 2026

raňajky	Pražnica s avokádovým dresingom, pečivo
desiata	Hruškový tvaroh
obed	Šunkofleky s uhorkovým šalátom
olovrant	Knuspi s nátierkou zo sladkých zemiakov, čučoriedky
večera	Morčacie na zeleru, ryža

piatok 13. február 2026

raňajky	Jáhelný puding s oštružinami
desiata	Mozzarella so šalátom, kornbageta
obed	Hovädzie kocky s červenou repou, špecle
olovrant	Závin s tvarohovou plnkou a broskyňami
večera	Treska s mrkvou, kuskus

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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