

**pondelok** 9. marec 2026

raňajky	Croissant s višňovým pyré a kokosovým krémom
desiata	Huby so špaglou a sýrovými chipsy
obed	Morská štika s pečenou zeleninou a balkánskym syrom
olovrant	Šunkový mix, bylinkový dip, bageta
večera	Hokaido zmes s mletým mäsom, ryža

utorok 10. marec 2026

raňajky	Nátierka z rukoly, chlieb, mrkev
desiata	Vanilkový krém s pečeným jablkom a škoricou
obed	Morčacie kúsky s paradajkami a mascarpone, cestoviny
olovrant	Tvrde sýry s čučoriedkami, trojhránky
večera	Cviklové fašírky s quinoou a šťouchanými zemiakmi

streda 11. marec 2026

raňajky	Perník s malinovým jogurtom
desiata	Nátierka so šmakúnom, kukurice, tyčinky
obed	Tortilla plnená špenátom a kuracím mäsom
olovrant	Cottage s hruškami a lieskovými oriesky
večera	Medailonky z panenky, zelerové pyré, uhorkový šalát

štvrtok 12. marec 2026

raňajky	Rybičková nátierka, chlieb
desiata	Čučoriedkovo-kokosový mliečny nápoj
obed	Hovädzie mäso s cuketovou kapustou, špalíčky
olovrant	Syrová rolka, rohlíček
večera	Morčacie kocky s pažítkovou omáčkou, kuskus

piatok 13. marec 2026

raňajky	Pečivo s trhaným kuracím mäsom
desiata	Šalát s feniklom a čerstvým syrom
obed	Ryžový nákyp so slivkami
olovrant	Bazalková ricotta, knuspi
večera	Treska s mrkvou, bulgur

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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