

**pondelok** 16. február 2026

raňajky	Nátierka s ementálom, chlieb
desiata	Biely jogurt so sušeným ovocím
obed	Kuracie palička s cuketou a bulgurom, hroznový kompot
olovrant	Šunková rolka, melon, bageta
večera	Hovädzie mäso s petržlenovým pyré a batátmi

utorok 17. február 2026

raňajky	Pohánková kaša s marhulami a chia semenky
desiata	Čedarová salsa so zeleninou, knuspi
obed	Morčacie prsia s paradajkami a goudou, ryža s baklažánom
olovrant	Mliečny dezert s malinami, cornflakes s bielou čokoládou
večera	Šalát s tuniakom, mozzarellou a bazalkovým dresingom

streda 18. február 2026

raňajky	Nátierka z restovanej šunky, šalát, pečivo
desiata	Uhorková smes so zakyslou smetanou a lným semenkom, trojhránky
obed	Zapečené palacinky s tvarohovým krémom a čučoriedkami
olovrant	Pestrá polievka so strúhaným syrom
večera	Kuracie mäso so špenátom, farebná quinoa

štvrtok 19. február 2026

raňajky	Koláč s vanilkovou príchuťou a višňovým krémom
desiata	Kôprový dip, tyčinky, šalát
obed	Losos s holandskou omáčkou, špargľou a pečenými zemiakmi
olovrant	Cottage so slivkami a mäťou
večera	Zlatá ryža so zeleninou a šmakounom

piatok 20. február 2026

raňajky	Sendvič s červenou repou a fetou
desiata	Čučoriedky s blaťáckym zlatom a šunkou
obed	Bravčové kúsky s hlivou ustricovou, penne
olovrant	Halušky s tvarohom
večera	Trhané morčacie mäso s pečenou tekvicou, ciabatta

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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