

**pondelok** 16. jún 2025

|          |                                                      |
|----------|------------------------------------------------------|
| raňajky  | Panini s bazalkovým pestom a mozzarellou, valeriánka |
| desiata  | Broskyňovo-kokosové kefírové mlieko                  |
| obed     | Mleté mäso s jogurtovým dipom, cestoviny             |
| olovrant | Sýrová nátierka, rožtek, čučoriedky                  |
| večera   | Kuracia roláda s hubovou fášou, ryža                 |

**utorok** 17. jún 2025

|          |                                                |
|----------|------------------------------------------------|
| raňajky  | Sladká quinoa s malinami a čokoládou           |
| desiata  | Tyčinky s philadelphiou, ledový šalát          |
| obed     | Morčacie kocky so špargľovým prelivom, zemiaky |
| olovrant | Hrušky so skorickou a bielym jogurtom          |
| večera   | Zapečený okoun na paradajkách s kuskusom       |

**streda** 18. jún 2025

|          |                                                               |
|----------|---------------------------------------------------------------|
| raňajky  | Nátierka s ementálom, chlieb, uhorka                          |
| desiata  | Carpaccio z cvikly s fetou                                    |
| obed     | Bryndzové halušky so šunkou                                   |
| olovrant | Mliečny dezert so slivkami, cornflakes                        |
| večera   | Bravčové maso se sous-vide zeleninou a parmazánovým dresingom |

**štvrtok** 19. jún 2025

|          |                                                 |
|----------|-------------------------------------------------|
| raňajky  | Koláč s vanilkovou príchuťou a višňovým krémom  |
| desiata  | Vajco s pomazánkovým maslom, toust              |
| obed     | Lososové guľičky s omáčkou z mascarpone, bulgur |
| olovrant | Mrkvový šalát, sladké knuspi                    |
| večera   | Tortilla plnená špenátom a morčacím mäsom       |

**piatok** 20. jún 2025

|          |                                                        |
|----------|--------------------------------------------------------|
| raňajky  | Žitný chlieb s tvarohovou nátierkou                    |
| desiata  | Ostružinový jogurt s ovsenými vločkami                 |
| obed     | Kuracie palička s jasmínovou ryžou, hroznový kompot    |
| olovrant | Tekvicové placky sa šmakounom, dip zo zakysané smetany |
| večera   | Cestoviny s ricottou, pečeným zelerom a čedarom        |

**Informácie pre klientov**

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

Jedálňiček s nutričnými hodnotami nájdete na [www.zdravestravovanie.sk/jedalnicek/](http://www.zdravestravovanie.sk/jedalnicek/)