

**pondelok** 20. máj 2024

raňajky	Sladká quinoa s čučoriedkami a čokoládou
desiata	Čakankovo-mrkvový šalát, tyčinky
obed	Bravčové mäso, cuketová kapusta, zemiaky
olovrant	Feniklová polievka so syrom
večera	Morčacie rezančky s bylinkovým prelivom, cestoviny

utorok 21. máj 2024

raňajky	Mrkvová nátierka s lučinou, ciabatta
desiata	Melón s parmskou šunkou a zálievkou balsamico
obed	Hydinový závitok so zelenými fazuľkami a syrom, kuskus
olovrant	Krém z mascarpone so slivkami
večera	Treska s hubovým dipom, pečené zemiaky

streda 22. máj 2024

raňajky	Lievance s černicovým krémom
desiata	Šalát so šmakúnom, parmezánom a pažitkovým dresingom
obed	Hovädzie kúsky s kôprovou omáčkou, špecle
olovrant	Jablkový puding s piškótami
večera	Kuracie prsia s paradajkami a goudou, bulgur

štvrtok 23. máj 2024

raňajky	Sendvič s vajcom a syrom
desiata	Perníkový hruškový tvaroh
obed	Morčacie kúsky so zeleninovým prelivom, ryža
olovrant	Avokádová salsa s čedarom, knuspi
večera	Zemiakové nočky s omáčkou z lúčiny, uhorkový šalát

piatok 24. máj 2024

raňajky	Chlieb so syrovou nátierkou
desiata	Malinový jogurt s kukuričnými lupienkami
obed	Lasagne so špenátom a tuniakom
olovrant	Šunková rolka s bryndzou, ľadový šalát, krehký rožtek
večera	Baklažánové ragú s bravčovým mäsom, ryža

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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