

**pondelok** 21. júl 2025

raňajky	Sendvič s trhaným mäsom a poľníčkom
desiata	Špenátový dip s ricottou, šalát, trojhránky
obed	Cestoviny so zeleninou, tuniakom a dresingom
olovrant	Banánovo-marhuľové pyré
večera	Bazalkové halušky so syrovou omáčkou a šmakúnom

utorok 22. júl 2025

raňajky	Vaječný muffin s cuketou a bylinkovým žervé, bageta
desiata	Čučoriedky s melónom
obed	Hovädzie fašírky so zemiakovou kašou, uhorková salsa
olovrant	Syrový mix s krehkým pečivom, šalát
večera	Kuracie kúsky s glazovanou karotkou, ryža

streda 23. júl 2025

raňajky	Jáhelný puding s ostružinami
desiata	Šalát z červenej repy s hruškou a fetou
obed	Tekvicové rizoto s morčacím mäsom a parmezánom
olovrant	Syrová nátierka, knuspi
večera	Treska v kokosovej omáčke, farebná quinoa

štvrtok 24. júl 2025

raňajky	Nátierka z rukoly, farebná mrkva, náš chlieb
desiata	Šunkové rolky so šalátom
obed	Plnené šliešky s perníkom a tvarohom, kompót
olovrant	Feniklová polievka s čedarom
večera	Cestoviny s kuracími rezančkami na špargľovom peste

piatok 25. júl 2025

raňajky	Palacinky s mäťovým krémom a lesnými plodmi
desiata	Dip z pečeného baklažánu so syrovými tyčinkami, šalát
obed	Kuracie prsia s paradajkami a goudou, ryža
olovrant	Smotanová pena s bielou čokoládou a malinami
večera	Bravčové kúsky s hlivou ustricovou, pečené zemiaky

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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