

**pondelok** 27. júl 2026

raňajky	Bageta s špargľovou nátierkou, šalát
desiata	Šunkový mix, bylinkový dip, knuspi
obed	Kuracie s mascarponovo-cuketovým prelivom, zlatá ryža
olovrant	Marhulový dezert s piškótami
večera	Hovadzie v paradajkovej omáčke, cestoviny

utorok 28. júl 2026

raňajky	Praženica s restovanou zeleninou, pečivo
desiata	Rukolová polievka s parmezánom
obed	Tvarohové špalíčky so slivkami
olovrant	Šampionový dip, tyčinky
večera	Masové výpečky so zemiakovou kašou, rímsky šalát s dresingom

streda 29. júl 2026

raňajky	Pečivo s libečkovým maslom a syrom
desiata	Cottage s horčicou, mrkvové hranolky
obed	Zapečené cestoviny so špenátom a morčacím mäsom
olovrant	Biely jogurt so sušeným ovocím
večera	Treska s batáty a bazalkovým dresingom

štvrtok 30. júl 2026

raňajky	Mrkvová buchta s jogurtom s vanilkovou príchuťou
desiata	Mátová ricotta, knuspi
obed	Hovädzie kocky s červenou repou, špecle
olovrant	Malinovo-jablková výživa s lieskovými oriechmi
večera	Kuracie plátok s parmazánom a feniklovým čatní, kuskus

piatok 31. júl 2026

raňajky	Nátierka z restovanej šunky, šalát, pečivo
desiata	Jogurtový dezert s višňami a medovkou
obed	Losos s tzatziky, pečenou zeleninou a pitou
olovrant	Quinoové muffiny so zakyslou smotanou
večera	Tekvicová salsa s mletým hovadším 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/