

**pondelok** 8. september 2025

raňajky	Jogurt so slivkovým pyrém a pečeným müsli
desiata	Pestrý šalát so strúhaným tofu a dresingom
obed	Špagety s kukuričným pestom a trhaným mäsom
olovrant	Dip z modrého syra, mrkva, trojhránky
večera	Bulgur so zeleninou, mini mozzarellou a semienkami

utorok 9. september 2025

raňajky	Praženica so syrom, ciabatta PZ
desiata	Hanácky šalát, pečivo
obed	Pečená pražma s feniklom a olivami, zemiaky s bylinkovou zálievkou
olovrant	Dezert na spôsob tiramisu s jahodami
večera	Kuracie kúsky s horčično-smotanovou omáčkou, farebné cestoviny

streda 10. september 2025

raňajky	Tvarohová nátierka s brusnicami, valeriána, chlieb vitamínok
desiata	Restované huby s karfiolom a syrom
obed	Morčacie mäso v krémovej omáčke po Indicku, ryža
olovrant	Dezert s javorovým sirupom a čučoriedkami
večera	Bravčové výpečky s tekvicovou kašou, uhorková salsa

štvrtok 11. september 2025

raňajky	Zapečené žervé s mozzarellou, farebná paprika, náš chlieb
desiata	Náš pribináčik
obed	Paradajkovo-strukovinová zmes, kuskus s rímskou rascou
olovrant	Dip s provensálskymi bylinkami, šalát, knuspi
večera	Španielsky vtáčik naruby, ryža

piatok 12. september 2025

raňajky	Nátierka rybia, šalát, pečivo
desiata	Pomarančové smoothie s malinami a banánom
obed	Sekaná s repou a mäťovým dresingom, batátové hranolky
olovrant	Cottage so šunkou a hráškovými výhonkami, kaleráb, tyčinky
večera	Morčacie rezančky na hubách, špecle

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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