

**pondelok** 11. august 2025

raňajky	Nátierka alá krab, valeriánka, bageta
desiata	Cottage s kaparmi a paprikou, fitchláb
obed	Zemiaky s červenou repou, nivou a orechmi
olovrant	Dezert stracciatella s ríbezľami
večera	Kuracia roláda so špenátom a čedarom, kuskus

utorok 12. august 2025

raňajky	Palacinky s ananásovo-marakujovým pyrém, ricottou a chia
desiata	Opekané šampiňóny s bylinkovým krémom, tyčinky
obed	Cestoviny so smotanovou omáčkou s kukuricou a morčacím mäsom
olovrant	Šalát s mozzarellou, parmskou šunkou a semienkami
večera	Bravčové mäso so zelenou špargľou, zlatá ryža

streda 13. august 2025

raňajky	Nátierka bylinková, redkev, chlieb vitamínik
desiata	Mliečny dezert so slivkovým pyrém a mandľami
obed	Kuracie rezančky so syrovou omáčkou, bulgur s špargľou
olovrant	Cibuľové čatní so syrom, trojhránky
večera	Karfiol na mozoček so šťouchanými zemiakmi

štvrtok 14. august 2025

raňajky	Naše pečivo s rukolovou flórou a syrom, farebná mrkva
desiata	Cuketová polievka s čiernym sezamom
obed	Gyros s celozrnnou pitou a kapustovým šalátom
olovrant	Jogurt s javorovým sirupom a cereáliami, melón
večera	Linguine s hubami a morčacími

piatok 15. august 2025

raňajky	Praženica s bryndzou, uhorky, chlieb
desiata	Jahodovo-hrušková desiata
obed	Treska s dusenou mrkvou, basmati ryža
olovrant	Šalát s kukuricou a koreňovou zeleninou, dubáček, knuspi
večera	Zapečené chipsy s mletým mäsom a fazuľami, šalát s kyslou smotanou

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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