

**pondelok** 15. september 2025

raňajky	Hubovo-pórový koláč
desiata	Tvarohový dezert s ostružinami
obed	Dusená zverina so sušenými slivkami a karotkou, bulgur
olovrant	Cícerová pochúťka, zeleninový mix so semienkami a krutónmi
večera	Burger s čedarom a salsou Taco, pečivo

utorok 16. september 2025

raňajky	Jáhlový dezert s marhuľovým Míšou
desiata	Cottage s tekvicovými semienkami, paprika, trojhránky
obed	Rizoto s baklažánom, pečenými paradajkami a parmezánom
olovrant	Pečený ružičkový kel s dipom, bageta
večera	Morčacie plátok so šunkou a kozím syrom, kuskus

streda 17. september 2025

raňajky	Mozzarella s jahodami a kešu, bageta
desiata	Strukovinová paštéta so šampiňónmi, šalát, krehké pečivo
obed	Kuracie mäso s tekvicou, kôprom a pečenou cuketou, šťouchané zemiaky
olovrant	Jogurt s čučoriedkovým pyré, cereálie, blumy
večera	Bravčové na paprike, farebné cestoviny

štvrtok 18. september 2025

raňajky	Nátierka z lučiny a opečené šunky, šalát, ražný chlieb
desiata	Cibuľačka s opečenými kockami bylinkového pečiva
obed	Morčacie mäso so zeleninovými hranolkami, jogurtový dresing
olovrant	Banánovo-mangové pyré s čokoládou
večera	Hovädzie mäso so sójovou omáčkou, kurkumou a koriandrom, bulgur

piatok 19. september 2025

raňajky	Nátierka z ricotty a bryndze, chlieb
desiata	Ananásovo-mandarínkový mix s jogurtom a orechy
obed	Špagety so špenátovou krémovou omáčkou a bravčovými rezančekom
olovrant	Paradajky s poľníčkom a madelandom
večera	Treska s bylinkovým maslom a zemiakovým šalátom s redkovkami

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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