

**pondelok** 15. december 2025

raňajky	Tvarohové syrniky s mangovo-marakujuvým prelivom a ricottovým krémom
desiata	Paradajková terina s minimozzarellou, krehké pečivo
obed	Losos na bylinkách, pečené zemiaky, uhorkový šalát
olovrant	Nátierka s nivou, redkev, chlieb
večera	Kuracie mäso so zelenými fazuľkami, zlatý kuskus

utorok 16. december 2025

raňajky	Nátierka budapeštianska, uhorky, chlieb
desiata	Morčacie prso s listovým šalátom a medovou zálievkou
obed	Španielsky vtáčik naruby, ryža
olovrant	Dezert na spôsob tiramisu s jahodami
večera	Farebné cestoviny so syrovou omáčkou a zeleninou

streda 17. december 2025

raňajky	Lívanečky s broskyňami a kokosovým krémom
desiata	Zelerová polievka
obed	Zapečený robi plátok s goudou, batáty s bylinkovým dresingom
olovrant	Brokolicový dip, syrové tyčinky
večera	Morčacie rezančky na hubách, halušky

štvrtok 18. december 2025

raňajky	Nátierka z lučiny a opečené šunky, paprika, ražný chlieb
desiata	Tvaroh s černicami a datľovým sirupom
obed	Bravčové mäso s rajčinovou salsou a tarhoňou
olovrant	Restované šampiňóny so šalátom a krutónmi
večera	Mrkvový muffin s ricottovým dipom, polenta, ovocný kompót

piatok 19. december 2025

raňajky	Hydinová paštéta s orieškami a brusnicami, paradajky, chlieb
desiata	Zeleninové placky s petržlenovým dresingom
obed	Tortilla s rukolou, vajcom, červenou repou a kozím syrom
olovrant	Čokoládový koláč s tvarohom a čučoriedkovým rozvarom
večera	Hovädzie kocky so špenátom a karamelizovanou cibuľou, zemiaky

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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