

**pondelok** 16. marec 2026

raňajky	Celerovo-mrkvová nátierka s výhonkami, šalát, bageta
desiata	Goji dezert
obed	Zapečené francúzske zemiaky, paradajková salsa
olovrant	Cottage so semienkami, tyčinky
večera	Robi plátok s cibuľovým prelivom, zlatá ryža

utorok 17. marec 2026

raňajky	Praženica na masle, farebná paprika, pečivo
desiata	Dezert s čučoriedkovým prelivom
obed	Farebné fusilli so špenátom, syrom a mandľami
olovrant	Pažitková lučina, šalát, knuspi
večera	Kuracia roláda s kukuricou a ricottou, bulgur

streda 18. marec 2026

raňajky	Sedliacky chlieb s ananášovou nátierkou, uhorky
desiata	Cuketová polievka s parmezánom
obed	Tortilla s rukolou, červenou repou a kozím syrom
olovrant	Obilné vankúšiky s kokosovou náplňou a malinovým jogurtom
večera	Cestoviny s mletým mäsom a dusenou kapustou

štvrtok 19. marec 2026

raňajky	Slaný koláč s olivami a paradajkami
desiata	Šunková rolka s bryndzovou náplňou, trojhránky
obed	Kedgeree ryža s morčacím mäsom a vajcom
olovrant	Jahodovo-jablčné pyré
večera	Treska s hubovým prelivom, pečené zemiaky

piatok 20. marec 2026

raňajky	Palacinky s figovo-hruškovým džemom a strúhaným tvarohom
desiata	Cherry paradajky s mini mozzarellou a zálievkou balsamico
obed	Kuracie mäso s mascarponovo-citrónovou omáčkou, špecle
olovrant	Zemiakový muffin so šunkou a čedarom, kaleráb
večera	Kari z čiernej šošovky s tekvicou Hokkaido

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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