

**pondelok** 27. október 2025

raňajky	Jablková buchta s krémom
desiata	Dip z modrého syra, trojhránky
obed	Noky s bryndzovou omáčkou a údeným mäsom
olovrant	Paradajky so šalátom a syrom
večera	Repné fašírky s mäťovým dresingom, pečené zemiaky

utorok 28. október 2025

raňajky	Nátierka alá krab, rukola, bageta
desiata	Cuketová zmes s balkánom a kešu
obed	Hrášok na smotane s baby karotkou, vajcia, bulgur
olovrant	Náš kakaový termix s goji
večera	Ciabatta s olivovou tapenádou a trhaným mäsom, zeleninový šalát

streda 29. október 2025

raňajky	Praženica so špenátom, chlieb
desiata	Malinový jogurt
obed	Zemiaky s kuracím mäsom, hubami a orechovou posýpkou
olovrant	Pečivo so syrovou nátierkou, šalát
večera	Treska na karí a zázvore, zlatý kuskus

štvrtok 30. október 2025

raňajky	Chlieb vitamínik s kukuričnou nátierkou, šalát
desiata	Bazalkový cottage s ľanovým semienkom, tyčky
obed	Morčacie kúsky s kapiou a kalerábmi, cestoviny
olovrant	Tiramisu z ricotty
večera	Zeleninové rizoto so syrom a orechmi

piatok 31. október 2025

raňajky	Halloweenské muffiny s mangovým prelivom
desiata	Tekvicová polievka so semienkami
obed	Zmes z čiernej šošovky s opečeným panierom
olovrant	Mumie
večera	Sépiové rezance s pestom zo sušených paradajok a hovädzím mäsom

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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