

**pondelok** 31. august 2026

raňajky	Miešané vajíčka s bryndzou, cherry paradajky, chlieb
desiata	Uhorková salsa s fetou, tyčinky
obed	Karfiolové karí s kokosovým mliekom, ryža
olovrant	Sladký krém s broskyňami a chia
večera	Hovädzie rezančeky na šampiňónoch, kuskus

utorok 1. september 2026

raňajky	Hruškový muffin s javorovým krémom a malinami
desiata	Tekvicová polievka
obed	Bravčový segedínsky guláš s tarhoňou
olovrant	Rolky s tymiánovým krémom, knuspi
večera	Pečený losos s fitness tatarkou, pečené grenaille

streda 2. september 2026

raňajky	Pečivo s kukuričnou nátierkou, farebná paprika
desiata	Šalát s parmskou šunkou a hráškovými výhonkami
obed	Wrap s kuracími kúskami a parmezánovým dresingom
olovrant	Jogurt s jahodami a cereáliami
večera	Zelená šošovka v paradajkovej omáčke, zlatá ryža

štvrtok 3. september 2026

raňajky	Slaný závin so zeleninou a údeným mäsom
desiata	Tvarohový dezert s černicami a quinoou
obed	Špalíčky so špenátovým pestom a cuketou
olovrant	Cibuľové čatní so syrom Herold, trojhránky
večera	Kurča na paprike, cestoviny

piatok 4. september 2026

raňajky	Palacinky s ananásovo-marakujovým pyré a ricottou
desiata	Opekané huby s bylinkovým žervé, ciabatta
obed	Morčacie mäso s prelivom z lučiny, pečené batáty
olovrant	Olivový cottage, šalát, krehké pečivo
večera	Bulgurový šalát so zeleninou a čedarom

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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