

pondelok 24. november 2025

raňajky	Avokádová salsa so šunkou, cherry paradajky, chlieb
desiata	Tvaroh s lesným ovocím a chia
olovrant	Kalerábové placky s jogurtovým dipom
večera	Cuketovo-baklažánová zmes s mletým mäsom, tarhoňa s kapiou

utorok 25. november 2025

raňajky	Praženica masala, farebná mrkev, bageta
desiata	Šalát so šmakúnom, karamelizovanou cibuľou a dresingom
olovrant	Banánovo-mangové pyré s čokoládou
večera	Robi rezančky s hubovým ragú, kuskus

streda 26. november 2025

raňajky	Náš pribináček s goji a lievančekom
desiata	Polievka z pečeného pastrnaku
olovrant	Chlieb vitamínik s údeným syrom, papriková salsa
večera	Bravčové kocky s červenou repou a kôprom, pečené zemiaky

štvrtok 27. november 2025

raňajky	Nátierka z ricotty a bryndze, šalát, naše pečivo
desiata	Ananásovo-mandarínkový mix s jogurtom a orechy
olovrant	Cottage s vajcom, uhorka, tyčinky
večera	Losos na spôsob Teriyaki s paprikami, ryža

piatok 28. november 2025

raňajky	Sendvič s morčacím mäsom
desiata	Dip z modrého syra, redkev, trojhránky
olovrant	Mliečny dezert so slivkovým pyré a lieskovými orechmi
večera	Špenátový bulgur so sójovými bôbmi, sušenými paradajkami 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/