

pondelok 1. jún 2026

raňajky	Miešané vajcia s pórom, chlieb
desiata	Slivkový tvaroh s lieskovými orechmi
obed	Hovädzie mäso v horčičnej omáčke s cestovinami, teplý baklažánový šalát
olovrant	Dip s pečeným cesnakom, knuspi
večera	Dusené kuracie mäso s mrkvou, ryža

utorok 2. jún 2026

raňajky	Tortilla so šunkou a syrom, redkovky
desiata	Černicový kefírový nápoj s datľovým sirupom
obed	Candát s pistáciovým pestom, pečené zemiaky
olovrant	Petržlenová nátierka s pekanovými orechy, trojhránky
večera	Morčacie rezančky s paprikami, kuskus

streda 3. jún 2026

raňajky	Vajíčková zmäť s údeným syrom, mrkev, PP/FIT
desiata	Šalát s mozzarellou a kapary
obed	Cviklové rizoto s kuracím mäsom
olovrant	Dezert s jahodami a arašidovým maslom
večera	Dancové kocky s tekvicovou omáčkou, cestoviny

štvrtok 4. jún 2026

raňajky	Ovsená kaša s čučoriedkami, para orechy a strúhanou čokoládou
desiata	Šunková variácia s uhorkovým šalátom, bageta
obed	Dusený kel s bravčovým mäsom, krúpy
olovrant	Žervé s čerstvým syrom a zelerovými hranolkami, rohlíček
večera	Losos s hubovým prelivom, šťouchané zemiaky

piatok 5. jún 2026

raňajky	Nátierka so šmakúnom, šalát, chlieb
desiata	Muffin z vaječného bielka s cuketou, redkev
obed	Cícerový Chana daal s morčacím masom
olovrant	Šľahaný tvaroh s hruškami a škoricou
večera	Pomaly pečené hovädzie mäso s bulgurom

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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