

pondelok 1. september 2025

raňajky	Nátierka z ricotty a bryndze, bageta
desiata	Cottage s tekvicovými semenkami, paprika, trojhránky
obed	Morčacie rezančeky so špargľou a karamelizovanou cibuľou, šťouchané zemiaky
olovrant	Čučoriedkový dezert s vlašskými orechmi
večera	Hovädzie kúsky s citrónovou omáčkou, bulgur

utorok 2. september 2025

raňajky	Praženica s pórom, mrkva, pečivo
desiata	Kokosový dezert s malinami
obed	Celozrnné cestoviny al pomodoro s kuracím mäsom
olovrant	Nátierka z čiernej šošovky, šalát, rožtek
večera	Candát s hubovým prelivom, pečené zemiaky

streda 3. september 2025

raňajky	Rukolové maslo so syrom, cherry paradajky, náš chlieb
desiata	Šunkové rolky, mix šalátov s mandľami
obed	Mäsové guľičky s dipom z fety a zeleninou, pita
olovrant	Jogurt s jahodami a škoricovými vločkami, farebný melón
večera	Morčacie plátky s jablkami na karí, ryža

štvrtok 4. september 2025

raňajky	Kaša s pečenými hruškami a pekanovými orechmi
desiata	Krémová polievka so zelenými fazuľkami
obed	Hovädzie rezančeky s karotkou a kokosovým mliekom, kuskus
olovrant	Mäťová pena s granátovým jablkom, redkev, tyčinky
večera	Šalát so sójovými bôbmi, syrom a kuracím mäsom

piatok 5. september 2025

raňajky	Vajcia s dipom z pečených papriek, valeriánka, ražný chlieb
desiata	Korenené slivky se strúhaným tvarohom
obed	Čierna ryža s krevetami a cuketou
olovrant	Uhorkové tzatziki, knuspi
večera	Bravčové mäso s batátovou kašou a pečeným zelerom

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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