

**pondelok** 8. jún 2026

|          |   |
|----------|---|
| raňajky  | Hermelín s brusnicovou flórou, šalát, chlieb        |
| desiata  | Cottage s rímskou rascou, knuspi                    |
| obed     | Čierna ryža s krevetami a cuketou                   |
| olovrant | Citrónový dezert s jahodami a chia semenky          |
| večera   | Karbonátky so kelom a parmezánom, šfouchané zemiaky |

**utorok** 9. jún 2026

|          |   |
|----------|---|
| raňajky  | Omeleta s mozzarellou, kedlubna, pečivo   |
| desiata  | Kokosový dezert s čučoriedkami            |
| obed     | Morčacie mäso s fazuľkami, špalda         |
| olovrant | Nátierka z čiernej šošovky, šalát, rožtek |
| večera   | Hovädzí guláš, celozrnné cestoviny        |

**streda** 10. jún 2026

|          |  |
|----------|--|
| raňajky  | Sendvič s hovädzou šunkou, cherry                      |
| desiata  | Cibuľačka  |
| obed     | Kuracie rezančky v krémovej omáčke, bulgur s brokolicí |
| olovrant | Pečený ananás s badiánom a jogurtovým krémom           |
| večera   | Treska s tzatzikami, batátové hranolky                 |

**štvrtok** 11. jún 2026

|          |  |
|----------|--|
| raňajky  | Rančérske vajcia, pečivo                       |
| desiata  | Zeleninový šalát s tofu a dresingom            |
| obed     | Ázijské rezance so zeleninou a bravčovým mäsom |
| olovrant | Tvaroháčik s ríbezľami a čokoládou             |
| večera   | Pečeň s lupienkami mandlí, ryža                |

**piatok** 12. jún 2026

|          |   |
|----------|---|
| raňajky  | Hruškový clafoutis s tvarohovým krémom                |
| desiata  | Restované papriky so syrovými chipsy                  |
| obed     | Hovädzí gyros s celozrnnou pitou a kapustovým šalátom |
| olovrant | Šunková rolka s bryndzovou náplňou, trojhránky        |
| večera   | Kuracie mäso so sójovou omáčkou a kurkumou, kuskus    |

**Informácie pre klientov**

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

Jedálniček s nutričnými hodnotami nájdete na [www.zdravestravovanie.sk/jedalnicek/](http://www.zdravestravovanie.sk/jedalnicek/)