

pondelok 16. jún 2025

raňajky	Sendvič s pažítkovou flórou a čedarom, valeriánka
desiata	Citrónový dezert s jahodami a konopnými semenkami
obed	Bravčový konfit so šampiňónmi, batátové hranolky
olovrant	Fitness tatárka, cherry paradajky, tyčinky
večera	Kuracia roláda s hráškom a šunkou, kuskus

utorok 17. jún 2025

raňajky	Vajíčková zmes s údeným syrom, redkovky, bageta
desiata	Ovocné pyré s chia semenkami
obed	Mexický wrap s trhaným mäsom a guacamole
olovrant	Šunka s mozzarellou a ľadovým šalátom
večera	Hovädzie rezančeky so syrovou omáčkou, farebná quinoa

streda 18. jún 2025

raňajky	Cibuľkový krém, redkev, pečivo
desiata	Uhorkové tzatziki, knuspi
obed	Kuracie rezančeky s odľahčenou sviečkovou omáčkou, ryža
olovrant	Ricottový krém s pečenými marhuľami
večera	Ostriež s janovským pestom, pečené zemiaky

štvrtok 19. jún 2025

raňajky	Hruškový dezert s medovým jogurtom
desiata	Dip s provensálskymi bylinkami, paprika
obed	Králičie mäso s kešu omáčkou, bulgur
olovrant	Hubová polievka so syrom
večera	Šalát z čiernej šošovky s morčacím mäsom

piatok 20. jún 2025

raňajky	Vaječný muffin s cuketou a parmezánom, šalát, náš chlieb
desiata	Paprikové žervé so šunkou, mrkva, kukuričné trojhránky
obed	Tuniakové guľičky v paradajkovej omáčke, celozrnné cestoviny
olovrant	Malinový dezert s datľovým sirupom a píniovými orechmi
večera	Cajunské bravčové s ryžou

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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