

pondelok 17. november 2025**utorok** 18. november 2025

raňajky	Pečený müsli dezert so šľahaným tvarohom
desiata	Šunková rolka, melón, chlieb
obed	Bravčové medailóniky s hráškovým-pyré, batáty
olovrant	Cottage s bylinkami, šalát, tyčinky
večera	Celozrnné cestoviny al pomodoro s kuracím mäsom

streda 19. november 2025

raňajky	Bageta s cibul'kovou zmesou a vajcom, redkev
desiata	Čučoriedkový krém s lieskovými orechmi
obed	Morčacie rezančky so šampiňónmi a brokolicou, kuskus
olovrant	Šunka s mozzarellou a cherry, knuspi
večera	Losos na spôsob Teriyaki s ryžou

štvrtok 20. november 2025

raňajky	Nátierka s mandľami a ementálom, ľadový šalát, pečivo
desiata	Uhorkovo-redkovková salsa s olivami a syrom
obed	Fazuľový guláš s hovädzím mäsom, pita
olovrant	Černicový jogurt s dobrou vlákninou
večera	Morčacie kocky s mascarpone-cuketovou omáčkou, bulgur

piatok 21. november 2025

raňajky	Vaječná omeleta s karfiolom, paprika, náš chlieb
desiata	Biely jogurt so sladkým šmakúnom
obed	Celozrnné cestoviny so špenátovou krémovou omáčkou a krevetami
olovrant	Kôprový dip s ľanovým semienkom, kaleráb, pečivo
večera	Bravčové mäso so zemiakmi a restovanou zeleninou, fitness tatarka

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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