

pondelok 22. apríl 2024

raňajky	Nátierka s pistáciami, kaleráb, chlieb
desiata	Paradajkový šalát s balkánskym syrom a olivami
obed	Bravčové mäso v pomarančovej marináde s paprikami, sezamová ryža
olovrant	Biely jogurt so sladkým šmakúnom
večera	Morčací konfit so šampiňónmi, šťúchané zemiaky

utorok 23. apríl 2024

raňajky	Dvojrnná kaša s černicami a kokosovými plátkami
desiata	Pórová polievka so semienkami a čedarom
obed	Mäsové guľky s paradajkovou salsou, quinoa
olovrant	Cviklová nátierka so šunkou a goudou, tyčinky
večera	Treska s restovanou zeleninou a cibulkovým dresingom

streda 24. apríl 2024

raňajky	Omeleta s mozzarellou, bageta
desiata	Malinový krém s tvarohom s cereáliami
obed	Kuracie rezančky s citrónovou omáčkou, bulgur
olovrant	Kôprový dip s tekvicovým semienkom, uhorky, rožtek
večera	Hovädzie kúsky s fazuľkami, batáty

štvrtok 25. apríl 2024

raňajky	Sendvič s kuracou šunkou a rukolou, redkovky
desiata	Šalát s melónom a kozím syrom
obed	Ostriež s karotkou a kukuricou, zemiaky
olovrant	Korenené slivky so strúhaným tvarohom
večera	Kuracie mäso so špenátom, kuskus

piatok 26. apríl 2024

raňajky	Rančérske vajcia, pečivo
desiata	Čučoriedkový tvaroháčik s pekanovými orechmi
obed	Celozrnné špagety s hráškovým pestom a morčacím prsom
olovrant	Syrová rolka s tymiánovým krémom, kukuričnik
večera	Pomaly pečené bravčové mäso, ryža

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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