

pondelok 27. máj 2024

raňajky	Nátierka s kozím syrom, bageta
desiata	Malinový dezert s čokoládou
obed	Bravčové kúsky na póru, šťouchané zemiaky
olovrant	Cottage s kukuricou, rožtek
večera	Kuracia roláda s brokolicovou zmesou, bulgur

utorok 28. máj 2024

raňajky	Praženica so syrom, chlieb
desiata	Slivkové kefírové mlieko
obed	Morčacie kúsky s omáčkou z lučiny, ryža s baby karotkou
olovrant	Špenátový dip s kukuričnými trojhrámkami, mrkva
večera	Hovädzie burger s chilli dipom, stir-fry kapustou

streda 29. máj 2024

raňajky	Cuketová nátierka, náš chlieb
desiata	Listové šaláty s tofu a dresingom
obed	Tortilla s tuniakom, vajcom a cviklou
olovrant	Ricotta s černicami a marakujovým pyrém
večera	Pastiersky koláč s batátmi a morčacím mäsom

štvrtok 30. máj 2024

raňajky	Frittata se šampiony a špenátom, naša bageta
desiata	Dip s pečeným cesnakom a orechmi, tyčinky
obed	Kuracie kocky v paradajkovej omáčke, kuskus
olovrant	Tvarohový krém s quinoou a jahodami
večera	Dusený kel s bravčovým mäsom, krúpy

piatok 31. máj 2024

raňajky	Müsli dezert sa šľahaným tvarohom
desiata	Restované papriky so syrovými chipsami
obed	Naše celozrnné cestoviny s karotkovou omáčkou a hovädzím mäsom
olovrant	Parmezánová nátierka, cherry paradajky, knuspi
večera	Losos s fitness tatárkou, pečené zemiaky

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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