

pondelok 30. marec 2026

raňajky	Praženica s avokádom, bageta
desiata	Špenátová polievka s goudou
obed	Morčacie s parmazánom a cibuľovým čatní, šťouchané zemiaky
olovrant	Kakaový dezert s goji
večera	Bravčové kúsky s omáčkou z cukiet a žervé, ryža

utorok 31. marec 2026

raňajky	Nátierka s kuracím mäsom a žeruchou, šalát, pečivo
desiata	Mangový jogurt
obed	Cícerová kaša s hovädzím mäsom P+
olovrant	Cottage s vajcom a rukolou, trojhránky
večera	Candát s kešu-tahini dipom, zemiaky, uhorková salsa

streda 1. apríl 2026

raňajky	Ovocná granola, jahodový tvaroh
desiata	Šalát so šmakounom, karambolou a krutónmi, dresing z cmaru
obed	Tortilla so zelenými fazuľkami a kuracím mäsom
olovrant	Syovo-šunkový mix s orieškami, fitchlieb
večera	Marocké ragú s kuskusom

štvrtok 2. apríl 2026

raňajky	Omeleta s medvedím cesnakom, cherry paradajky, pečivo
desiata	Šľahaný škoricový dezert s jablkami
obed	Kuracie na šampiňónoch, cestoviny
olovrant	Nátierka z pečených papriek, kaleráb, krehké pečivo
večera	Morčacie roláda plnená brokolicou, bulgur, červená repa

piatok 3. apríl 2026**Informácie pre klientov**

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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