

pondelok 10. august 2026

raňajky	Banánový chlebíček sa sladkým žervé krémom
desiata	Carpaccio z červenej repy s rukolou
obed	Robi rezance s broskyňami, bulgur s adzuki
olovrant	Trojhránky s údeným syrom, uhorková salsa
večera	Farebné fusilli so špenátom, syrom a mandľami

utorok 11. august 2026

raňajky	Zapečené quesadillas s kukuricou, syrom a avokádom, kaleráb
desiata	Tvaroh s lesným ovocím a chia
obed	Brokolicové fašírky s našou tatárkou, šťouchané zemiaky
olovrant	Hubová nátierka s hráškovými výhonkami, tyčinky
večera	Klaso s dusenou mrkvou, kuskus

streda 12. august 2026

raňajky	Palacinky s ricottovým krémom a malinami
desiata	Cherry paradajky so šalátom a fetou
obed	Kokosové rizoto s hráškom a baklažánom
olovrant	Cottage so semienkami, tyčinky
večera	Sójové výpečky so zemiakmi, smotanový dresing

štvrtok 13. august 2026

raňajky	Hubové smaženice, bageta
desiata	Sýrová rolka, redkvičky, knuspi
obed	Chunks na paprike, cestoviny
olovrant	Dezert na spôsob tiramisu s jahodami
večera	Korenistá ryža s kešu a zeleninou

piatok 14. august 2026

raňajky	Mäťová pena, uhorka, bageta
desiata	Zeleninová polievka s ovsenými vločkami
obed	Quinoa s olivami, salsou zo sušených paradajok a halloumi
olovrant	Škoricové slivky s tvarohovým krémom
večera	Šošovka na kyslo s vajcom, chlieb

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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