

**pondelok** 18. november 2024

| | |
|----------|---|
| raňajky | Pórový koláč s olivami a paradajkami |
| desiata | Jahodové cmar |
| obed | Tofu s cuketovníkom, dusená červená kapusta |
| olovrant | Šampiňónová polievka s krutónmi |
| večera | Bulgur so špenátom a syrom Halloumi |

utorok 19. november 2024

| | |
|----------|--|
| raňajky | Tekvicová nátierka, šalát, chlieb |
| desiata | Syrová rolka so semienkami, rožtek |
| obed | Paradajková zmes s batátmi a bielymi fazuľami, cestoviny |
| olovrant | Dip z modrého syra, kaleráb |
| večera | Robi rezančky s hubovým ragú, ryža |

streda 20. november 2024

| | |
|----------|---|
| raňajky | Nátierka libečková, ražný chlieb |
| desiata | Dezert s ostružinami a orieškami |
| obed | Čína so zeleninou a seitanom, bulgur |
| olovrant | Dip s provensálskymi bylinkami a výhonkami, farebná mrkva |
| večera | Bryndzové halušky s karamelizovanou cibuľkou |

štvrtok 21. november 2024

| | |
|----------|--|
| raňajky | Tvarohová nátierka s brusnicami, chlieb |
| desiata | Zemiakovo-vajíčková zmes, knuspi |
| obed | Korenený kuskus s kešu a brokolicou |
| olovrant | Marhule s tvarohovým krémom a lieskovými orechmi |
| večera | Holandský robi rízok so zemiakovou kašou a uhorkou |

piatok 22. november 2024

| | |
|----------|--|
| raňajky | Lievanečky s malinami a ricottou |
| desiata | Salsa z pečeného baklažánu, náš chlieb |
| obed | Klaso s fazuľovými strukmi, šťouchanými zemiakmi, dip z karamelizovanej cibule |
| olovrant | Tzatziki s tyčinkami |
| večera | Plnené papriky s dusenými artičokami a tekvicovým semienkom |

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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