

**pondelok** 25. november 2024

raňajky	Banánový chlebíček sa sladkým žervé krémom
desiata	Pórová polievka s ricottou a semienky
obed	Tofu burger se sladkými zemiakmi a avokádovou omáčkou, pečivo
olovrant	Smotanovo-tvarohový dip s provensálskym korením, rožtek, farebná mrkva
večera	Kuskusová zmes s restovanými paprikami, červenou čakankou a kozím syrom

**utorok** 26. november 2024

raňajky	Cottage s ementálom, pečivo, šalát
desiata	Ricotta s černicami a marakujovým pyrém
obed	Cestoviny s brokolicovou omáčkou a parmezánom
olovrant	Cuketová zmes s balkánským syrom a hráškom
večera	Ryža sa šmakúnom a hubami

**streda** 27. november 2024

raňajky	Miešané vajíčka s jarnou cibuľkou, cherry paradajky, chlieb vitamínok
desiata	Šalát Coleslaw, kukuričník
obed	Tempeh s pikantnou tekvicou, bulgur
olovrant	Jahodový jogurt s dobrou vlákninou
večera	Špenát s vajcom, zemiaky

**štvrtok** 28. november 2024

raňajky	Krupicová kaša s malinami a čokoládou PZ
desiata	Balkánsky dip s kapiou, knuspi
obed	Rizoto s cviklou a Heroldom
olovrant	Syrová pizza
večera	Seitan so zeleninovou omáčkou, špecle

**piatok** 29. november 2024

raňajky	Chlieb šesťzrnný s kukuričnou nátierkou, papriky
desiata	Šalát s restovanou hlivou a syrom, tyčky
obed	Robi plátok s hermelínom a brusnicami, pečené zemiaky
olovrant	Pečené slivky s medovým tvarohom
večera	Slaný koláč s quinoou a červenou šošovkou

**Informácie pre klientov**

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

Jedálníček s nutričnými hodnotami nájdete na [www.zdravestravovanie.sk/jedalnicek/](http://www.zdravestravovanie.sk/jedalnicek/)