

**pondelok** 29. júl 2024

raňajky	Mrkvová nátierka s lučinou, paradajky, fitchlieb
desiata	Knuspi s údeným syrom, redkovkový šalát
obed	Wrap s kuskusom, cicerom a špenátom
olovrant	Dezert so slivkami a vlašskými orechmi
večera	Zapečený šmakúnový plátok s goudou, zemiaky s bylinkovým dresingom

utorok 30. júl 2024

raňajky	Nátierka s olivami, chlieb
desiata	Jahodové cmar
obed	Klaso s horčično-medovou omáčkou a brokolicou, bulgur
olovrant	Syrová pizza
večera	Listové šaláty s kešu orechmi a marinovaným panierom BM

streda 31. júl 2024

raňajky	Lívanečky s figovým džemom a strúhaným tvarohom
desiata	Krehký rožtek s chrenovou penou, little gem
obed	Seitan v karí omáčke s jazmínovou ryžou
olovrant	Smotanové avokádo, tyčinky
večera	Naše cestoviny s ricottovo-cuketovým prelivom s feniklom

štvrtok 1. august 2024

raňajky	Miešané vajíčka masala, naša bageta
desiata	Salsa z pečeného baklažánu, zeleninové hranolky
obed	Smotanový pór so zemiakmi
olovrant	Obilné vankúšiky s kokosovou náplňou a čučoriedkovým jogurtom
večera	Robi rezančky s dusenou mrkvou, špalda

piatok 2. august 2024

raňajky	Sendvič s čerstvým syrom a karamelizovanou cibuľou, kvaka
desiata	Dezert stracciatella s ríbezľami
obed	Husté Pho s tofu
olovrant	Špargľová zmes, kukuričnik
večera	Kuskusový šalát so sladkokyslou zálievkou a fetou

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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