

**pondelok** 18. november 2024

raňajky	Miešané vajcia so syrom, bageta
desiata	Mäťová pena, šalát, tyčky
obed	Hovädzie fašírky so kelom a parmezánom, šťouchané zemiaky
olovrant	Dezert stracciatella s lesným ovocím
večera	Krevety s dresingom tisíc ostrovov, quinoa

**utorok** 19. november 2024

raňajky	Blaťácke zlato s pažitkovou nátierkou, cherry paradajky, chlieb
desiata	Dezert s malinami a vanilkovou príchuťou
obed	Bulgur s cviklou a kozím syrom
olovrant	Tvaroh na slano, uhorka, krehký plátok
večera	Morčacie kocky s krémovými hubami, cestoviny

**streda** 20. november 2024

raňajky	Makové muffiny so slivkovým krémom
desiata	Karotková polievka s krutónmi
obed	Fazuľový guláš s hovädzím mäsom, pita
olovrant	Listové šaláty s panierom a granátovým jablkom
večera	Kuracia roláda plnená goudou a tekvicou, zlatá ryža

**štvrtok** 21. november 2024

raňajky	Šunkové mousse, pečivo
desiata	Monte dezert
obed	Morčacie plátok s pikantnými zelenými fazuľkami, kuskus
olovrant	Nátierka z čiernej šošovky, šalát, krehký rožtek
večera	Šalát s trhaným hovädzím mäsom a arašidovým dresingom

**piatok** 22. november 2024

raňajky	Chlieb s baklažánovou philadelphiou a šunkou, paprika
desiata	Restované huby s karfiolom a syrovými chipsami
obed	Treska v kokosovej omáčke s jazmínovou ryžou
olovrant	Zapečená ricotta s čučoriedkovou omáčkou
večera	Špenát s vajcom, zemiaky

**Informácie pre klientov**

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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