

**pondelok** 4. november 2024

raňajky	Tvarohová nátierka alá krab, kornbageta
obed	Kuracie kúsky s omáčkou z lučiny, zelené fazuľky s čedarom, pečené zemiaky
večera	Hovädzie mäso s paprikami, kuskus

**utorok** 5. november 2024

raňajky	Avokádový sendvič so syrom, cherry paradajky
obed	Morčacie roláda s cibuľkovo-šunkovou náplňou, zlatá ryža
večera	Cícerová zmes s baklažánom a fetou

**streda** 6. november 2024

raňajky	Palacinka so zeleninou a goudou
obed	Tuniakové guľičky v mandľovo-kokosovej omáčke, cestoviny
večera	Tekvicové rizoto s morčacím prsiami

**štvrtok** 7. november 2024

raňajky	Vanilková ryžová kaša s malinami a mandľami
obed	Bravčové v parmezánovej omáčke, bulgur
večera	Kurací steak s talianskou omáčkou, zemiaky s petržlenovou vňaťou

**piatok** 8. november 2024

raňajky	Nátierka z lučiny a opečené šunky, náš chlieb
obed	Zemiakové špalíčky s krémovým špenátom, vaječný muffin
večera	Mleté mäso s chilli jogurtom, cestoviny

**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/)