

**pondelok** 28. október 2024**utorok** 29. október 2024

chod1	Bramborák s kapustou SENIOR
chod2	Hubové rizoto s bravčovým mäsom
chod3	Segedínsky guláš, žemľová knedľa
chod4	Ryžový nákyp s broskyňami
salát 1	Šalát Nicoise
salát 2	Kuskusový šalát Tabouleh

**streda** 30. október 2024

chod1	Šošovka na kyslo s údeným mäsom, pečivo
chod2	Wrap s trhaným kuracím mäsom a guacamole
chod3	Španielsky vtáčik s ryžou
chod4	Žemlovka
salát 1	Šalát s kozím sýrom, olivami a malinovým dresingom
salát 2	Cestoviny s trhaným mäsom a čedarom

**štvrtok** 31. október 2024

chod1	Halušky s kapustou a slaninou
chod2	Mäsové fašírky s kelom a bylinkovým dresingom, zemiaky
chod3	Kurča na paprike, cestoviny
chod4	Šúľance s makom
salát 1	Šalát s opečenými šampiňónmi, kuracím mäsom a cesnakovým dresingom
salát 2	Quinoa šalát s orechovým dresingom

**piatok** 1. november 2024

chod1	Hubový guláš s bravčovým mäsom, naan
chod2	Kuracie rezance s dhal z červenej šošovice a mungo fazuliek PZ
chod3	Vrabc s kapustou, žemľová knedľa
chod4	Ovocné kysnuté knedle so strúhankou
salát 1	Šalát so sójovými bôbmi a parmazánom
salát 2	Cestovinový šalát s údeným lososom a semienkami

**Informácie pre klientov**

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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