

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

raňajky	Nátierka libečková, ciabatta, melón
desiata	Acidofilné mlieko s oštružinami
obed	Boloňské špagety s parmazánom
olovrant	Mozzarella so šunkou a šalát
večera	Lososové guľičky s omáčkou z mascarpone, bulgur

**streda** 30. október 2024

raňajky	Pražienica s avokádovým dresingom, pečivo
desiata	Teplý baklažánový šalát so syrom
obed	Žemľovka
olovrant	Špenátový dip, krehký plátok, šalát dubáček
večera	Kuracie tekvicové kocky, ryža

**štvrtok** 31. október 2024

raňajky	Cottage s ementálom, chlieb
desiata	Paradajková polievka s krutónmi
obed	Bravčové rezančeky na koreňovej zelenine, kuskus
olovrant	Pšenový dezert s broskyňami
večera	Morčacie plátok s hráškom, farebná quinoa

**piatok** 1. november 2024

raňajky	Nátierka z morčacieho mäsa, chlieb
desiata	Perníkový hruškový tvaroh
obed	Šalát s tuniakom, zeleninou a pečenými zemiakmi
olovrant	Cuketové placky, mäťový dresing
večera	Cestoviny s pestom z pečenej cvikly

**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/)