

**pondelok** 14. október 2024

raňajky	Cottage s ementálom, pečivo, šalát
desiata	Hruškové smoothie
obed	Hráškové rizoto s morčacími rezančkami a čedarom
olovrant	Šunka s mini mozzarellou, šalát
večera	Losos s horčicovou omáčkou, špalda

utorok 15. október 2024

raňajky	Jahodová ovsená kaša s pudingom a vlašskými orechmi, farebné hrozno
desiata	Cuketovo-baklažánová zmes s fetou, bageta
obed	Wrap s kuracími kúskami a šalátom
olovrant	Dip z modrého syra, šalát, knuspi
večera	Mleté bravčové mäso s paradajkovou salsou a tarhoňou

streda 16. október 2024

raňajky	Nátierka karfiólová, reďkev, ražný chlieb
desiata	Carpaccio z cvikly s čerstvým syrom, krehké pečivo
obed	Hubový Kuba s hovädzím mäsom
olovrant	Monte dezert
večera	Špenát s vajcom, zemiaky

štvrtok 17. október 2024

raňajky	Croissant s marhuľovým krémom
desiata	Paradajky s balkánskym syrom
obed	Testoviny s kelom, údeným mäsom a karamelizovanou cibuľkou
olovrant	Avokádové guacamole, kukuričný chlebíček
večera	Morčacie kocky s pažitkovou omáčkou, kuskus

piatok 18. október 2024

raňajky	Pražnica na masle s pórom, naše pečivo
desiata	Dip s provensálskymi bylinkami a výhonkami, farebná mrkva
obed	Sekaná z robi s našou tatarkou, zemiaková kaša
olovrant	Malinový jogurt s dobrou vlákninou
večera	Hovädzie kúsky na koreňovej zelenine, ryža

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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