

pondelok 14. október 2024

raňajky	Cottage s ementálom, pečivo, šalát
desiata	Hruškové smoothie
obed na cesty	Zeleninové Biryani
olovrant	Šunka s mini mozzarellou, šalát
večera	Losos s horčicovou omáčkou, špalda

utorok 15. október 2024

raňajky	Jahodová ovsená kaša s pudíngom a vlašskými orechmi, farebné hrozno
desiata	Cuketovo-baklažánová zmes s fetou, bageta
obed na cesty	Tortilla plnená vypráženým rezňom, ľadovým šalátom a kukuricou
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 na cesty	Šalát z červenej šošovky s opečeným šmakúnom
olovrant	Monte dezert
večera	Špenát s vajcom, zemiaky

štvrtok 17. október 2024

raňajky	Croissant s marhuľovým krémom
desiata	Paradajky s balkánskym syrom
obed na cesty	Cestovinový šalát s údeným lososom a semienkami
olovrant	Avokádové guacamole, kukuričný chlebíček
večera	Morčacie kocky s pažítkovou omáčkou, kuskus

piatok 18. október 2024

raňajky	Pražienica na masle s pórom, naše pečivo
desiata	Dip s provensálskymi bylinkami a výhonkami, farebná mrkva
obed na cesty	Caesar šalát s kuracím mäsom a krutónmi
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/