

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

raňajky	Hrášková nátierka, kornbageta
desiata	Citrónový tvarohový krém s goji
obed na cesty	Bulgurový šalát s fazuľami a kuracím mäsom
olovrant	Slaný závin s hermelínom, reďkev
večera	Hovézí na víne s žampiony, šťouchané brambory se špenátom

streda 30. október 2024

raňajky	Zapečená ricotta s černicovo-mätovou omáčkou
desiata	Zeleninový mix s parmezánom a píniovými orieškami
obed na cesty	Zeleninový šalát s morčacím mäsom, krutónmi, dresingom a makadamy
olovrant	Smotanové avokádo, krehké pečivo
večera	Tortilla so zeleninou, robi a jogurtovým dresingom

štvrtok 31. október 2024

raňajky	Sendvič s rukolovým pestom a čiernymi paradajkami
desiata	Jahodový kefír
obed na cesty	Celozrnný kuskusový šalát s hovädzím, mrkvou a bazalkou
olovrant	Repová nátierka, halloweenske tyčinky
večera	Zmes z čiernej šošovky s opečeným panierom

piatok 1. november 2024

raňajky	Mozzarella s malinami a kešu, náš chlieb
desiata	Kôprový dip s ľanovým semienkom, knuspi
obed na cesty	Hráškové rizoto s krevetami
olovrant	Jogurt s ríbezľami a cereáliami
večera	Kuracie na paprike, farebné cestoviny

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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