

pondelok 21. október 2024

raňajky	Rančérske vajcia, pečivo
desiata	Tvaroháčik s ríbezľami a čokoládou
obed	Bravčové kúsky s omáčkou z cukiet a žervé, ryža
olovrant	Cottage s kaparmi, krehký rožtek
večera	Pečené kuracie mäso s mrkvovo-hrachovým pyré

utorok 22. október 2024

raňajky	Dvojrnná kaša s ovocím a mandľami
desiata	Tatarák z červenej repy, tyčky
obed	Treska s hubovým prelivom, zemiaky
olovrant	Listové šaláty s kuracím mäsom a jogurtovou zálievkou
večera	Hovädzie kocky s ružičkovým kelom, kuskus

streda 23. október 2024

raňajky	Petržlenové mousse, uhorka, naša bageta
desiata	Zeleninový mix s mini mozzarellou
obed	Šalát so sójovými bôbmi, goudou a morčacím mäsom
olovrant	Cestoviny s jahodovým prelivom a strúhaným tvarohom
večera	Bravčové rezančky na paprike, bulgur

štvrtok 24. október 2024

raňajky	Praženica s pórom, naše pečivo
desiata	Žervé so zelerovými hranolkami
obed	Hovädzie guľičky s dipom z fety, pita
olovrant	Čučoriedkový krém s cereáliami
večera	Morčacie kúsky s brokolicou, šťouchané zemiaky

piatok 25. október 2024

raňajky	Chlieb vitamínik so šunkou a libečkovým krémom
desiata	Malinový dezert s datľovým sirupom a píniovými orechmi
obed	Kuracie rezančky s karotkou a kokosovým mliekom, jazmínová ryža
olovrant	Dip s pečeným cesnakom a kešu, knuspi
večera	Krevety s dresingom tisíc ostrovov, quinoa

Informácie pre klientov

objednávky, odhlásenie a iné zmeny akceptujeme 3 pracovné dni vopred

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