

Menu na 43. týždeň 2017										
Deň	Desiata:	A:	Olovrant:	A:	Polievka 1:	A:	Polievka 2:	A:	Hlavné jedlo:	A:
Pondelok, 23.10.	Špaldová/ kukuričná kaša, čerstvé ovocie	1	Čokoládová pena s avokádom a banánmi	x	Hrášková s mrkvou	9	Zelerovo-jablková	9	Cuketový prívarok, varené zemiaky, varené vajíčko	3,9
	zloženie: špaldová/ kukuričná kaša, ryžové mlieko, čerstvé sezónne ovocie		zloženie: banány, avokádo, kakao, datle, med		zloženie: hrášok, mrkva, zemiaky, cibuľa, soľ, cesnak, čierne korenie, olivový olej		zloženie: zeler buľva, zeler stopkový, jablká, olivový olej, cibuľa, cesnak, morská soľ, petržlená vňať, ryžové mlieko		zloženie: cuketa, zemiaky, cibuľa, ryžové mlieko, bobkový list, morská soľ, olivový olej, kurkuma, petržlenová vňať, vajíčka	
Utorok, 24.10.	Kokosový koláč s ovocím	1,3	Zeleninová nátierka, zeleninové sticks	x	Zemiakový krém s tekvicou	9	Baklažánový krém s bylinkami	9	Jačmenné krúčky/ pohánka s kyslou kapustou	(1), 9
	zloženie: špaldová múka, strúhaný kokos, banány, jablká, hrušky, trstinový cukor, vínny kameň, vajíčka, kokosový tuk, ghee maslo		zloženie: mrkva, cuketa, olivový olej, morská soľ, uhorka, mrkva		zloženie: cibuľa, tekvica, zemiaky, olivový olej, morská soľ, čerstvé bylinky, ryžové mlieko, zeleninový vývar		zloženie: baklažán, cibuľa, zemiaky, cesnak, morská soľ, čierne korenie, muškátový oriešok, rímska rasca, kurkuma, zeleninový vývar		zloženie: jačmenné krúčky/pohánka, cibuľa, cesnak, farmárska kyslá kapusta, morská soľ, mletá červená paprika, olivový olej,	
Streda, 25.10.	Špaldový chlieb, cicerová nátierka	1,1 1	Ovocný smoothie s ovsenými vločkami	1	Karfiolová so zemiakmi	9	Fazuľová so zeleninou	9	Hovädzie na zelených fazuľkách a paprike, zemiaková kaša	9
	zloženie: špaldová múka, morská soľ, droždie, voda, cicer, citróny, sezamová pasta, morská soľ		zloženie: banány, mrkva, grepová šťava, ovsené vločky, med		Zloženie: karfiol, zemiaky, cibuľa, cesnak, drvená rasca, zeleninový vývar, citrónová šťava, čierne korenie, morská soľ, petržlenový vňať, olivový olej		Zloženie: biela fazuľa, červená fazuľa, mrkva, paštrnák, zemiaky, soľ, čierne korenie, zeleninový vývar, cesnak		zloženie: hovädzie pierko, cibuľa, cesnak, fazuľové lusky, farebná paprika, cuketa, morská soľ, zeleninový vývar, zemiaky, ryžové mlieko, ghee maslo	
Štvrtok, 26.10.	Granolla so sušeným ovocím a orechami, ryžové mlieko	1,8	Škoricové slimáky	1, 3	Cicerová polievka s pažitkou	9	Cesnaková polievka s harissa pastou	9	Zeleninové kari, ryža basmati	9
	zloženie: ovsené vločky, sušené ovocie, orechy, kokos, kokosový tuk, ryžové mlieko		zloženie: špaldová múka, kakao, prírodný trstinový cukor, vínny kameň, vajíčka, škorica, ghee maslo, med, olivový olej		zloženie: cicer sušený, pažitka, zemiaky, cibuľa, cesnak, soľ, čierne korenie, muškátový oriešok, rímska rasca		zloženie: cesnak, olivový olej, harissa pasta, ryžové mlieko, soľ, šalotka, stonkový zeler, biele víno, tymián		zloženie: karfiol, brokolica, mrkva, paradajky, cibuľa, kokosové mlieko, ryžové mlieko, morská soľ, kurkuma, citrónová šťava, ryža basmati	
Piatok, 27.10.	Špaldový chlieb, karfiolová pena s bylinkami	1,1 0	Banánový výživa s kakaom, celozrnné piškóty	1,3	Paradajková polievka s bazalkou	9	Kari polievka z červenej šošovice	6, 9	Kurací paprikáš, špaldové halušky/pšeno	(1), 9
	zloženie: špaldová múka, morská soľ, droždie, voda, karfiol, cesnak, ghee maslo, provensálske bylinky, horčica		zloženie: banány, kakao, voda, bio kukuričný škrob, celozrnné piškóty: celozrnná múka, prírodný trstinový cukor, vajíčka		zloženie: čerstvé paradajky, pasírované paradajky, bazalka, olivový olej, cesnak, ovsené vločky, soľ, čierne korenie		zloženie: olivový olej, cibuľa, bmrkva, cesnak, pór, pohánka, rímska rasca, kari, soľ, čierne korenie, sójová omáčka, petržlenová vňať		Zloženie: farmárske kuracie mäso, farebná paprika, zemiaky, cibuľa, cuketa, špaldová múka, morská soľ, čierne korenie, zeleninový vývar	

Zmena menu vyhradená!

ALERGENY

- 1 *Obilniny obsahujúce lepok a výrobky z nich*
- 2 *Kôrovce a výrobky z nich*
- 3 *Vajcia a výrobky z nich*
- 4 *Ryby a výrobky z nich*
- 5 *Arašidy a výrobky z nich*
- 6 *Sója a výrobky z nej*
- 7 *Mlieko a výrobky z neho*
- 8 *Orechy a výrobky z nich*
- 9 *Zeler a výrobky z nich*
- 10 *Horčica a výrobky z nej*
- 11 *Sezamové semienka a výrobky z neho*
- 12 *Siričitany – SO₂ (o koncentrácii viac ako 10mg/kg alebo 10mg/l, sušené ovocie, ovocné konzervy, výrobky zo zemiakov)*
- 13 *Vlčí bôb a výrobky z neho*
- 14 *Mäkkýše a výrobky z nich*

