

Menu na 44. týždeň 2017								
Deň	Desiata:	A:	Olovrant:	A:	Polievka 1:	A:	Hlavné jedlo:	A:
Pondelok 30.10.	Smotanový jogurt / ryžové mlieko, ovocné pyrė	(7)	Cestovinový šalát so zeleninou	(1), 9	Mrkvová s feniklom	9	Dusený kel s pečenou paprikou, varené zemiaky	9
	zloženie: smotanový jogurt / ryžové mlieko, jahody, jablká, hrušky, čučoriedky, med, škorica		zloženie: celozrnná / kukuričná cestovina, jarná cibuľka, uhorka, cuketa, paradajky, cibuľa, ghee maslo, soľ, olivový olej		Zloženie: mrkva, fenikel, cibuľa, cesnak, morská soľ, kurkuma, zeleninový vývar, bio repkový olej		zloženie: cibuľa, ryžové mlieko, kel, farebná paprika, zemiaky, kôpor, morská soľ, cesnak, petržlenová vňať, maslo ghee, morská soľ	
Utorok 31.10.	Banánový chlebič	1,3	Zeleninové placky, jogurtový dip	1, (7)	Zeleninový vývar s ryžovými rezancami	9	Cícerovo-zeleninové rizoto so syrom	(7),9
	zloženie: špaldová múka, vajíčka, ryžové mlieko, vínný kameň, prírodný trstinový cukor, banány olivový olej		zloženie: špaldová múka, zemiaky, mrkva, cibuľa, cesnak, olivový olej, kurkuma, jogurt / L-mínus jogurt, kôpor, morská soľ		zloženie: bio repkový olej, mrkva, petržlen, petržlenová vňať, cibuľa, pór, zeler, bobkový list, tymián, vývar, ryžové rezance		zloženie: ryža, cícer, mrkva, brokolica, cibuľa, cesnak, olivový olej, morská soľ, tvrdý kravský syr, kurací/zeleninový vývar	
Streda 1.11.	Štátny sviatok							
Štvrtok 2.11.	Granolla so sušeným ovocím a orechami, ryžové mlieko	1,8	Cookies s čokoládou a hrozienkami	1,3	Paradajková polievka s bazalkou	9	Tuniak so smotanovou omáčkou a kôprom, celozrnné/kukuričné cestoviny	(1),4, (7)
	zloženie: ovsené vločky, sušené ovocie, orechy, kokos, kokosový tuk, ryžové mlieko		Zloženie: špaldová múka, vajíčka, trstinový cukor, škorica, med, ovsené vločky, hrozienka, horká čokoláda, ghee maslo		zloženie: čerstvé paradajky, pasírované paradajky, zeleninový vývar, morská soľ, bazalka, čierne korenie		zloženie: kukuričné / celozrnné cestoviny, tuniak, farmárska smotana, ryžové mlieko, kôpor, cuketa, soľ, čierne korenie	
Piatok 3.11.	Špaldový chlieb s vajíčkovou nátierkou	1,3,1 0	Hrušková výživa, celozrnné keksíky	1,3	Šošovicová polievka so zemiakmi na kyslo	9	Kuracia fašírka so špenátom, zemiaková kaša	(1),3, (7),9
	zloženie: špaldová múka, morská soľ, droždie, voda, vajíčka, horčica, maslo / L-mínus maslo, morská soľ		zloženie: hrušky, mletá škorica, voda, bio kukuričný škrob, celozrnné piškoty: celozrnná múka, prírodný trstinový cukor, vajíčka		zloženie: šošovica, zemiaky, cibuľa, jablčný ocot, ryžové mlieko, kurkuma, zeleninový vývar, morská soľ, petržlenová vňať, tymián, bobkový list, čierne korenie		Zloženie: farmárske kuracie mäso, mrkva, zemiaky, špenát, strúhanka/kukuričná strúhanka, vajcia olivový olej, soľ, čierne korenie, ryžové mlieko, farmárske maslo/ghee maslo	

K hlavným jedlám podávame 3-4x týždenne čerstvý zeleninový šalát.

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 Vličí bôb a výrobky z neho*
- 14 Mäkkýše a výrobky z nich*

