

Menu na 24.týždeň								
Deň	Desiata:	A:	Olovrant:	A:	Polievka 1:	A:	Hlavné jedlo:	A:
Pondelok, 11.6.	Smotanový jogurt, sezónne ovocie, ovsené vločky	(7)	Zeleninový šalát s feta syrom a olivami	(7)	Zeleninová polievka so špenátom	9	Rezance s makom	1
	zloženie: farmársky jogurt, sezónne ovocie, škoricca, ovsené vločky		zloženie: uhorka, paradajky, pór, feta syr, olivy, morská soľ, olivový olej		zloženie: cibuľa, olivový olej, cesnak, mrkva, zeler, cuketa, zemiaky, špenát, soľ, korenie, vývar, mletá červená paprika,		zloženie: pšeničné rezance, mak mletý, ryžové mlieko, trstinový cukor, slivkový džem, kokosové mlieko, olivový olej	
Utorok, 12.6.	Ovocný koláč s makom	1,3,(7)	Cuketovo-zemiakové placky, jogurtový dip	(1),(7)	Cuketový krém s bazalkou	9	Luskový prívarok, varené vajíčko, varené zemiaky	9
	zloženie: špaldová múka, mak, jablká, marhule, trstinový cukor, vínny kameň, vajíčka, kokosový tuk, farmárske maslo/ghee maslo, vanilka		zloženie: cuketa, zemiaky, ľanové semienka, morská soľ, kurkuma, špaldová múka, olivový olej, biely jogurt		zloženie: cuketa, zemiaky, ryžové mlieko, soľ, čierne korenie, muškátový oriešok, bazalka		zloženie: fazuľové lusky, zemiaky, ryžové mlieko, cibuľa, morská soľ, vajcia, zeleninový vývar, olivový olej, petržlenová vňať	
Streda, 13.6.	Kváskový chlieb, šošovicová nátierka	1,(7), 10	Ovocné smoothie s ovsenými vločkami	(1)	Brokolicová polievka	9	Hovädzia fašírka, paradajková omáčka, zemiaková kaša	(7),9
	zloženie: pšeničná bio múka, kvások, morská soľ, voda, červená šošovica, cesnak, farmárske maslo/ghee maslo, horčica		zloženie: avokádo, hrušky, jablká, banány, ryžové mlieko, ovsené vločky		zloženie: brokolica, zemiaky, ryžové mlieko, vývar, cesnak, morská soľ, čierne korenie		zloženie: farmárske hovädzie mäso, cuketa, mrkva, cibuľa, kukuričbá strúhanka, pasírované paradajky, olivový olej, morská soľ, zeleninový vývar, zemiaky, farmárske maslo/ghee maslo, ryžové mlieko	
Štvrtok, 14.6.	Kakaové ryžové mlieko, cookies	(1),3	Špaldové kreky, cicerový dip	1,3	Mäsový vývar s ryžovými rezancami	9	Tuniak s kukuricou a pórnikom, pšeničné/kuuričné cestoviny	(1),4,9
	zloženie: ryžové mlieko, kakao, med, špaldová múka, vínny kameň, vajcia, ryžové mlieko, ovsené vločky		zloženie: špaldová múka, vínny kameň, vajíčka, ryžové mlieko, morská soľ, cicer, citrónová šťava, olivový olej		zloženie: kuracie mäso a kosti, mrkva, paštrnák, patizón, cibuľa, zemiaky, kurkuma, mäsový vývar, olivový olej		zloženie: tuniak žltoplutvý, cibuľa, ryžové mlieko, zemiaky, kukurica, pór, morská soľ, olivový olej, zemiaky, pšeničné/kukurličné cestoviny	
Piatok, 15.6.	Kváskový chlieb, vajíčková nátierka	1,(7)	Mrkovovo-ananášová výživa, celozrnné piškóty	1,3	Karfiolová polievka s pažitkou	9	Kuracie pšenoto	9
	zloženie: pšeničná bio múka, kvások, morská soľ, voda, vajcia, horčica, jarná cibuľka, farmárske maslo/ghee maslo		zloženie: mrkva, ananás, voda, bio kukuričný škrob, celozrnné piškóty: celozrnná múka, prírodný trstinový cukor, vajíčka		zloženie: cibuľa, olivový olej, karfiol, zeleninový vývar, pažitka, citrónová šťava, zemiaky, morská soľ		zloženie: farmárska kuracie mäso, karfiol, cuketa, brokolica, mrkva, cibuľa, cesnak, majoránka, olivový olej, pšeno, morská soľ	

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 koncentrácie 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*