

Menu na 26. týždeň 2017

Deň	Desiata:	A:	Olovrant:	A:	Polievka 1:	A:	Hlavné jedlo:	A:
Pondelok, 25.6.	Puding, celozrnné piškóty	1	Grécky šalát	7	Brokolicový krém	9,	Cestoviny s paradajkami a kukuricou	(1), 7,9
	zloženie: bio karamelový puding, rýžové mlieko, celozrnné piškóty		zloženie: paradajky, olivy, uhorky, paprika, paradajky, feta syr, oregano, olivový olej, soľ		zloženie: brokolica, cibuľa, cesnak, zemiaky, morská soľ, kurkuma, olivový olej		zloženie: kukuričné / celozrnné cestoviny, čerstvé paradajky, lúpané paradajky, kukurica, bazalka, soľ, čierne korenie, syr cheddar	
Utorok, 26.6.	Kokosový koláč s ovocím	1,3	Zeleninová nátierka, paleo chlieb	3,11	Mrkvový krém s hráškom	9,	Karfiolové kari s cicerom a ryžou basmati	9
	zloženie: špaldová múka, strúhaný kokos, banány, jablká, hrušky, trstinový cukor, vínny kameň, vajička, kokosový tuk, ghee maslo		zloženie: mrkva, cuketa, olivový olej, morská soľ chlieb: tekvicove, sezamove, slnečnicové semienka, vajička, cibuľka, cuketa, morská soľ, olivový olej		Zloženie: hrášok, mrkva, cibuľa, cesnak, morská soľ, kurkuma, zeleninový vývar, bio repkový olej		zloženie: karfiol, hrášok, cibuľa, cícer, kokosové mlieko, ryžové mlieko, morská soľ, kurkuma, citrónová šťava, ryža basmati	
Streda, 27.6.	Špaldový chlieb, cviklovo-jablková nátierka	1	Ovocný smoothie s ovsenými vločkami	1	Šošovicová so zeleninou	9	Hovädzie na spôsob sviečkovej, pšeno	9
	zloženie: špaldová múka, morská soľ, droždie, voda, cvikla, jablká, olivový olej, kôpor, morská soľ		zloženie: banány, mrkva, grepová šťava, ovsené vločky, med		zloženie: hnedá šošovica, zemiaky, mrkva, kaleráb, patizón, ryžové mlieko, cibuľa, citrón, med, bobkový list, zeleninový vývar		zloženie: hovädzie mäso, olivový olej, cibuľa, koreňová zelenina, klinčeky, muškátový oriešok, zeleninový vývar, provensálske bylinky, pšeno	
Štvrtok, 28.6.	Granolla so sušeným ovocím a orechami, ryžové mlieko	1,8	Domáci perník s čokoládou	1, 3, (7)	Minestrone	9	Zapekané zemiaky so zeleninou a syrom	3, (7), 9
	zloženie: ovsené vločky, sušené ovocie, orechy, kokos, kokosový tuk, ryžové mlieko		zloženie: špaldová múka, kakao, prírodný trstinový cukor, vínny kameň,, vajička, perníkové korenie, sóda, maslo / bezlaktózové maslo, med, ryžové mlieko, jogurt / bezlaktózový jogurt		zloženie: mrkva, paštrnák, cuketa, paprika, cibuľa, citrónová šťava, cesnak, karfiol, tymián, olivový olej, zeleninový vývar		zloženie: zemiaky, karfiol, paradajky, cuketa, bio vajička, olivový olej, ryžové mlieko, cesnak, soľ, tvrdý syr	
Piatok, 29.6.	Špaldový chlieb, tvarohová/tofu nátierka s pažitkou	1,(7)	Banánová výživa s kakaom, celozrnné piškóty	1,3	Karfiolová polievka	9	Kuracie kúsky s paprikou, pečené zemiaky s kurkumou	9
	zloženie: špaldová múka, morská soľ, droždie, voda, tvaroh/tofu, maslo/ghee maslo, pažitka		zloženie: banány, kakao, voda, bio kukuričný škrob, celozrnné piškóty: celozrnná múka, prírodný trstinový cukor, vajička		zloženie: karfiol, cibuľa, cesnak, mrkva, zeleninový vývar, provensálske bylinky, olivový olej		zloženie: kuracie mäso, cibuľa, farebná paprika, zeleninový vývar, morská soľ, mletá červená paprika, olivový olej, zemiaky, kurkuma	

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*

