

Menu na 39.týždeň

Deň	Desiata:	A:	Olovrant:	A:	Polievka 1:	A:	Hlavné jedlo:	A:
Pondelok, 24.9.	Banánovo-vanilkový puding	x	Zeleninový šalát s feta syrom	(7)	Cuketový krém s bazalkou	9	Cestoviny s paradajkovou omáčkou a olivami	1,9
	zloženie: bio banánový puding, vanilkový lusk, ryžové mlieko, trstinový cukor		zloženie: uhorka, paradajky, farebná paprika, pór, feta syr, olivy, morská soľ, olivový olej		zloženie: cuketa, zemiaky, ryžové mlieko, soľ, čierne korenie, muškátový oriešok, bazalka		zloženie: pšeničná/ ryžová cestovina, pasírované paradajky, čerstvé paradajky, bazalka, grécke olivy, trstinový cukor, morská soľ, oregano, olivový olej, (trdý kravský syr)	
Utorok, 25.9.	Ovocný koláč s makom	1,3, (7)	Zeleninové wrapy	1,7	Zeleninová polievka so špenátom	9	"Žemľovka"	3,7
	zloženie: špaldová múka, mak, jablká, marhule, trstinový cukor, vinny kameň, vajíčka, kokosový tuk, farmárske maslo/ghee maslo, vanilka		zloženie: cuketa, paradajky, pšeničné placky, morská soľ, kurkuma, olivový olej, uhorka, mrkva, farmársky jogurt, balkánsky syr		zloženie: cibuľa, olivový olej, cesnak, mrkva, zeler, cuketa, zemiaky, špenát, soľ, korenie, vývar, mletá červená paprika,		zloženie: špaldové pečivo, farmárske vajcia, jablká, farmársky tvaroh/ L- tvaroh, škorica, farmárske mlieko/ryžové mlieko, trstinový cukor	
Streda, 26.9.	Kváskový chlieb, šošovicová nátierka	1,(7),10	Ovocné smoothie s ovsenými vločkami	(1)	Mrkvová polievka so sezamom	9,1 1	Hovädzie plátky, 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: mrkva, zemiaky, ryžové mlieko, vývar, sezam, cesnak, morská soľ, čierne korenie		Zloženie: farmárske hovädzie mäso, farebná paprika, mletá červená paprika, mrkva, cibuľa, olivový olej, morská soľ, zeleninový vývar, zemiaky, farmárske maslo/ghee maslo, ryžové mlieko	
Štvrtok, 27.9.	Kakaové ryžové mlieko, cookies	(1), 3	Špaldové krekry, cicerový dip	1,3	Mäsový vývar s ryžovými rezancami	9	Tekvicový prívarok, varené vajíčko, varené zemiaky	3,9
	zloženie: ryžové mlieko, kakao, med, špaldová múka, vinny kameň, vajcia, ryžové mlieko, ovsené vločky		zloženie: špaldová múka, vinny 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: tekvica, zemiaky, bobkový list, ryžové mlieko, cibuľa, morská soľ, vajcia, zeleninový vývar, olivový olej, petržlenová vňať	
Piatok, 28.9.	Kváskový chlieb, vajíčková nátierka	1,(7))	Mrkovovo-ananásová šťava, celozrnné piškóty	1,3	Pórkový krém	9	Pečené kuracie prsia, pečené zemiaky, ovocný kompót	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, pórik, ryžové mlieko, zeleninový vývar, pažitka, citrónová šťava, zemiaky, morská soľ		zloženie: farmárska kuracie mäso, zemiaky, cibuľa, cesnak, majoránka, mletá červená paprika, olivový olej, morská soľ, sezónne ovocie, škorica	