

Menu na 51.týždeň 2018

Deň	Desiata:	A:	Olovrant:	A:	Polievka 1:	A:	Hlavné jedlo:	A:
Pondelok, 17.12.	Čoko puding, ovocie	7	Zeleninový šalát s balkánskym syrom	7	Brokolicová polievka	9	Tvarohové rezance	1,7
	<i>zloženie: bio čokoládový puding, ryžové mlieko, trstinový cukor, sezónne ovocie</i>		<i>zloženie: mrkva, uhorky, paradajky, paprika, balkánsky syr, oregano, olivový olej, morská soľ, citrónová šťava</i>		<i>Zloženie: brokolica, zemiaky, cibuľa, cesnak, drvená rasca, zeleninový vývar, čierne korenie, morská soľ, ryžové mlieko, olivový olej</i>		<i>zloženie: celozrnná/kukuričná cestovina, tvaroh, smotana, trstinový cukor, hrozienka</i>	
Utorok, 18.12.	Granolla so sušeným ovocím a orechami, ryžové mlieko	1,8	Bublanina	1,7	Zelerový krém s jablkami	9	Zeleninové ragú, ryža	
	<i>zloženie: ovsené vločky, sušené ovocie, orechy, kokos, kokosový tuk, ryžové mlieko</i>		<i>zloženie: špaldová múka, kakao, prírodný trstinový cukor, vínny kameň, vajička, , sóda, maslo / bezlaktózové maslo, med, ryžové mlieko</i>		<i>zloženie: zeler buľva, zeler stopkový, jablká, ryžové mlieko, morská soľ, čierne korenie, olivový olej, kurkuma, zeleninový vývar</i>		<i>karfiol, brokolica, zemiak, mrkva, cibuľa, cesnak, olivový olej, morská soľ, ryža jasmín</i>	
Streda, 19.12.	Chlieb, šošovicová nátierka	1,7	Smoothie grepovo banánový	7	Provencalska polievka	9	hovädzie a hroznom, halušky	1,9
	<i>zloženie: pšeničná BIO múka, kvások, morská soľ, voda, farmárske maslo/ghee maslo, červená šošovica, cesnak, jarná cibuľka, olivový olej</i>		<i>zloženie: banány, grepová šťava, ovsené vločky, med</i>		<i>zloženie: pórik, cibuľa, cesnak, mrkva, cuketa, provencalske bylinky, olivový olej, morská soľ, zeleninový vývar</i>		<i>zloženie: bio hovädzie mäso, olivový olej, cibuľa, bezkôstkové hrozno, hrozienka, zemiaky, muškátový oriešok, morská soľ, zeleninový vývar, bio pšeničná/špaldová múka,</i>	
Štvrtok, 20.12.	Ovsená kaša	1,7	Pečená zeleninová omeleta	3	Karfiolová polievka s pažitkou	9	Biela ryba s omáčkou z pečenej papriky, pečené zemiaky	4
	<i>zloženie: ovos, kokos, hrozienka, farmárske mlieko/ryžové mlieko</i>		<i>zloženie: zemiaky, cuketa, paradajky, vajička, pórik, morská soľ, olivový olej</i>		<i>zloženie: cibuľa, olivový olej, karfiol, zeleninový vývar, pažitka, citrónová šťava, zemiaky, morská soľ</i>		<i>zloženie: aljašská treska/morský vlk, farebná paprika, cesnak, cibuľa, morská soľ, kurkuma, citrónová šťava, olivový olej, zemiaky, kôpor</i>	
Piatok, 21.12.	Chlieb, nátierka z grilovanej zeleniny	1,7	Kysnutý slivkový koláč	1,7	Zeleninový vývar	9	Kuracie kúsky s brokolicovou omáčkou, ryža basmati	
	<i>zloženie: špaldová múka, morská soľ, droždie, voda, ghee maslo, baklažán, cuketa, paprika, mrkva, cibuľa, olivový olej</i>		<i>Zloženie: špaldová múka, vajička, trstinový cukor, škorica, med, slivky, maslo</i>		<i>zloženie: červená šošovica, cibuľa, cesnak, zemiaky, mrkva, petržlen, kaleráb, zeleninový vývar, olivový olej, morská soľ</i>		<i>Zloženie: farmárske kuracie mäso, cibuľa, brokolica, morská soľ, olivový olej, zeleninový vývar, basmati ryža</i>	

