

Menu na 40. týždeň 2018

	Desiata:	A:	Olovrant:	A:	Polievka 1:	A:	Hlavné jedlo:	A:
Pondelok, 1.10.	Smotanový jogurt, slivkové pyré	7	Kurací šalát so zeleninou	1	Cuketovo-zemiaková s kôprom	9	Rezance s makom/pšeno s tvarohom	1,7
	zloženie: smotanový jogurt, slivký, trstinový cukor, škorica		zloženie: farmárske kuracie, kukurica, paprika, paradajky, čerstvé bylinky, olivový olej, soľ		zloženie: cuketa, zemiaky, ryžové mlieko, soľ, čierne korenie, olivový olej, kôpor		zloženie: pšeničné rezance/pšeno, mletý mak, slivkový džem, trstinový cukor, ryžové mlieko, hrozienka	
Utorok, 2.10.	Ríbezľový koláč	1,3	Zeleninový dip, tekvicové placky	1,3	Zeleninový vývar s ryžovými rezancami	9	Mrkvovo-baklažánovo-brokolícové ragú, pšeničné/kukuričné cestoviny	9
	zloženie: špaldová múka, ríbezle, trstinový cukor, vínny kameň, vajíčka, kokosový tuk, ghee maslo, ryžové mlieko		zloženie: tekvica, cibuľa, vajíčka, špaldová múka, morská soľ, olivový olej, sezónna zelenina		zloženie: mrkva, paštrnák, zeler, čierne korenie, cesnak, cibuľa, olivový olej, morská soľ, ryžové rezance		zloženie: mrkva, brokolica, baklažán, červená šošovica, cibuľa, cesnak, morská soľ, provensálske bylinky, zeleninový vývar, olivový olej, jazmínová ryža	
Streda, 3.10.	Špaldový chlieb, bryndzová nátierka	1,(7)	Ovocný smoothie s ovsenými vločkami	1	Paštrnáková s bylinkami	9	Hovädzie ragú, basmati ryža	9
	zloženie: špaldová múka, morská soľ, droždie, voda, bryndza, maslo/ghee maslo, jarná cibuľka, mletá červená paprika, morská soľ		zloženie: banány, mrkva, grepová šťava, ovsené vločky, med		Zloženie: paštrnák, zemiaky, cibuľa, cesnak, drvená rasca, zeleninový vývar, čierne korenie, morská soľ, ryžové mlieko, petržlenový vňať, olivový olej		zloženie: hovädzie pierko, cibuľa, cesnak, pasírované paradajky, morská soľ, sušené slivky, hrozienka, provensálske bylinky, zeleninový vývar, basmati ryža	
Štvrtok, 4.10.	Granolla so sušeným ovocím a orechami, ryžové mlieko	1,8	Zeleninové sticks, jogurtový dip	7	Cícerová so zeleninou	9	Sumček s tekvicou a cuketou, zemiaková kaša	4,(7),9
	zloženie: ovsené vločky, sušené ovocie, orechy, kokos, kokosový tuk, ryžové mlieko		zloženie: mrkva, stopkový zeler, cuketa, uhorka, smotanový jogurt		Zloženie: cibuľa, mrkva, zemiaky, sušený cícer, špenát, kurkuma, petržlenová vňať, morská soľ, olivový olej, zeleninový vývar		Zloženie: sumcek africký, tekvica, cuketa, farmárske mlieko/ryžové mlieko, cibuľa, cesnak, morská soľ, zeleninový vývar, olivový olej, zemiaky, farmárske maslo/ghee maslo	
Piatok, 5.10.	Špaldový chlieb, karfiolová pena s bylinkami	1,10	"Pribináčik"	7	Karfiolový krém s pažitkou	9	Kuracie kúsky s kyslou kapustou, pečené zemiaky	9
	zloženie: špaldová múka, morská soľ, droždie, voda, karfiól, cesnak, ghee maslo, provensálske bylinky, horčica		zloženie: farmársky tvaroh, med, vanilkový lusk, ryžové mlieko		zloženie: cibuľa, karfiol, zemiaky, olivový olej, morská soľ, zeleninový vývar, ryžové mlieko, pažitka		Zloženie: farmárske kuracie mäso, farmárske mlieko/ryžové mlieko, farmárske maslo/ghee maslo, cibuľa, morská soľ, olivový olej, kyslá kapusta, zeleninový vývar, zemiaky	