

Nápoj týždňa: Biomila čaj	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
Pondelok	Ovocné pyré	100g	Batátový krém s pečeným cícerom Penne s hráškom a parmezánom 1,7 Trhaný šalát	200ml 185g 25g	Kváskový chlieb 1 Maslo so strúhanou mrkvou 7 Jablko	75g 50g	ALERGÉNY: 1- Obilniny, 2- Kôrovce, 3-Vajcia, 4-Ryby, 5-Arašidy, 6-Sója, 7-Mlieko, 8- Orechy, 9-Zelér, 10-Horčica, 11- Séam, 12- Siričitany, 13-Vlčí bôb, 14-Mäkkýše ,Z-zemiak POZNÁMKA: Zmena jedálneho lístka je vyhradená. Pri príprave jedál sa nepoužívajú geneticky modifikované potraviny. Pokrmý môžu obsahovať stopy lepky, mlieka, orechov.
Utorok	Ovsená kaša s kokosom 1 Banán	100g 50g	Krém z bielej zeleniny s krutónami 1,9,Z Teľacie guľky v rajčinovej omáčke 3 Varené zemiaky	200ml 1ks100g 80g	Rohlík 1 Vajíčková nátierka s pažitkou 3,7,10	75g	
Streda	Kváskový chlieb 1 Cuketová nátierka 7 Mrkva	75g 50g	Hustá hrášková polievka so zemiakom Z Hovädzí guláš z farmárskeho mäsa s batátom 9 Chlieb 1	200ml 150g 50g	Makový koláč so slivkami 1,3	75g	
Štvrtok	Pšenovú kašu s kakaom	100g	Brokolicový krém Morčací paprikáš, halušky 1,3,7	200ml 100g 100g	Rohlík 1 Fazuľová pena s cibuľkou Jablko	70g 50g	
Piatok	Kváskový chlieb 1 Rajčinová nátierka 7 Uhorka	75g 50g	Kačací vývar s rezancami 1 Luskový prívarok so zemiakom 7 Vajíčko 3	200ml 185g 1/2ks	Ryžový koláč s ovocnou polevou 3,7	75g	

Nápoj týždňa: Biomila čaj	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
Pondelok	Ovocné pyré	100g	Batátový krém s pečeným cícerom Penne s hráškom a cuketou Trhaný šalát	200ml 185g 25g	Pohánkový chlieb od Dobrožrúta Mrkvová nátierka Jablko	75g 50g	ALERGÉNY: 1- Obilniny, 2- Kôrovce, 3-Vajcia, 4-Ryby, 5-Arašidy, 6-Sója, 7-Mlieko, 8- Orechy, 9-Zelér, 10-Horčica, 11- Séžam, 12- Siričitany, 13-Vlčí bôb, 14-Mäkkýše ,Z-zemiak POZNÁMKA: Zmena jedálneho lístka je vyhradená. Pri príprave jedál sa nepoužívajú geneticky
Utorok	Ryžová kaša s kokosom Banán	100g 50g	Krém z bielej zeleniny s bezl. krutónami 9,Z Teľacie guľky v rajčinovej omáčke 3 Varené zemiaky	200ml 1ks100g 80g	Pohánkový chlieb Vajíčková nátierka s pažítkou 3,10	75g	
Streda	Pohánkový chlieb Cuketová nátierka Mrkva	75g 50g	Hustá hrášková polievka so zemiakom Z Hovädzí guláš z farmárskeho mäsa s batátom 9 Chlieb 1	200ml 150g 50g	Makový koláč so slivkami 3	75g	
Štvrtok	Pšenová kaša s kakaom	100g	Brokolicový krém Morčací paprikáš, bezl. halušky 3	200ml 100g 100g	Pohánkový chlieb Fazuľová pena s cibuľkou Jablko	70g 50g	

Piatok	Pohánkový chlieb Rajčinová nátierka Uhorka	75g 50g	Kačací vývar s bez. cestovinou Luskový prívarok so zemiakom Vajíčko 3	200ml 185g 1/2ks	Ryžový koláč s ovocnou polevou 3	75g	modifikované potraviny. Pokrmy môžu obsahovať stopy lepky, mlieka, orechov.
---------------	--	------------	---	------------------------	-------------------------------------	-----	---

Alexandra Vypracovala: Patay, poradca pre výživu: www.cojediazdravedeti.sk, Pripravil: Adam Harík: www.zdravydom.menu **Od 23.11 do 27.11.2020 VEGE**

Nápoj týždňa: Biomila čaj	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
Pondelok	Ovocné pyré	100g	Batátový krém s pečeným cícerom Penne s hráškom a parmezánom 1,7 Trhaný šalát	200ml 185g 25g	Kváskový chlieb 1 Maslo so strúhanou mrkvou 7 Jablko	75g 50g	ALERGÉNY: 1- Obilniny, 2- Kôrovce, 3-Vajcia, 4-Ryby, 5-Arašidy, 6-Sója, 7-Mlieko, 8- Orechy, 9-Zelér, 10-Horčica, 11- Sézam, 12- Siričitany, 13-Vlčí bôb, 14-Mäkkýše ,Z-zemiak POZNÁMKA: Zmena jedálneho lístka je vyhradená. Pri príprave jedál sa nepoužívajú geneticky modifikované potraviny. Pokrm môžu obsahovať stopy lepky, mlieka, orechov.
Utorok	Ovsená kaša s kokosom 1 Banán	100g 50g	Krém z bielej zeleniny s krutónami 1,9,Z Zeleninovo ryžové guľky v rajčinovej omáčke 3 Varené zemiaky	200ml 1ks100g 80g	Rohlík 1 Vajčková nátierka s pažítkou 3,7,10	75g	
Streda	Kváskový chlieb 1 Cuketová nátierka 7 Mrkva	75g 50g	Hustá hrášková so zemiakom Z VEGE guláš s batátom 9 Chlieb 1	200ml 150g 50g	Makový koláč so slivkami 1,3	75g	
Štvrtok	Pšenová kaša s kakaom	100g	Brokolicový krém Šampiónový paprikáš, halušky 1,3	200ml 100g 100g	Rohlík 1 Fazuľová pena s cibuľkou Jablko	70g 50g	
Piatok	Kváskový chlieb 1 Rajčinová nátierka 7 Uhorka	75g 50g	Kukuricová polievka rezancami 1 Luskový prívarok so zemiakom 7 Vajičko 3	200ml 185g 1/2ks	Ryžový koláč s ovocnou polevou 3,7	75g	

