

Vypracovala: A. Patay, poradca pre výživu: www.cojediazdravedeti.sk, Pripravil: Adam Harík: www.zdravydom.menu **Od 06.04 do 09.04.2021 KLASIK**

Nápoj týždňa: Biomila čaj	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Název pokrmu	HM	Název pokrmu	HM	Název pokrmu	HM	
Pondelok			-----Štátny sviatok-----				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 ani polotovary. Mäso používame z welfare farmárskych chovov. Pokrmý môžu obsahovať stopy lepky, mlieka, orechov.
Utorok	Ovocná výživa	100g	Hydinový krém 9,Z Cestoviny s hráškom, kukuricou a lanovými semiačkami a strúhaným syrom Eidam 1,7 Šalát cviklový	200ml 180g 25g	Kváskový chlieb, 1 Fazuľová nátierka s cibuľkou Paprika	75g 50g	
Streda	Kváskový chlieb1 Vajíčková nátierka s mrkvou 3,7 Jablko	75g 50g	Karfiolový krém s petržlenovou vňaťou Z Morčacie rizoto s tekvicou	200ml 200g	Domáci pizza osúch 1,3,7	75g	
Štvrtok	Pšenová kaša so slivkami a škoricou	100g	Vege boršč Koložvárska kapusta s farmárskym hovädzím Parená knedľa 1, 3	200ml 120g 80g	Rohlík z pekárne Křížák 1 Nátierka z pečenej tresky s póríkom 4,7 Mrkva	75g 50g	
Piatok	Kváskový chlieb 1 Pšenová nátierka s šampiónmi Banán	100g 50g	Jarná polievka s kukuričnou cestovinou ryžou Mäsové teľacie guľky 3, rajčinová omáčka, Varené zemiaky	200ml 1 ks 90g 90g	Makový koláč s višňami 1,3	75g	

Nápoj týždňa: Biomila čaj	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Název pokrmu	HM	Název pokrmu	HM	Název pokrmu	HM	
Pondelok			-----Štátny sviatok-----				1-Obilniny, 2-Kôrovce, 3-Vajcia, 4-Ryby, 5- Arašidy, 6-Sója, 7- Mlieko, 8-Orechy, 9- Zelér, 10-Horčica, 11- Sésam, 12-Siričítany, 13-Vlčí bôb, 14- Mäkkýše ,Z-zemiak POZNÁMKA: Zmena jedálneho lístka je vyhradená. Pri príprave jedál sa nepoužívajú geneticky modifikované potraviny ani polotovary. Mäso používame z welfare farmárskych chovov. Pokrmý môžu obsahovať stopy lepky, mlieka, orechov.
Utorok	Ovocná výživa	100g	Hydinový krém 9,Z Cestoviny s hráškom, kukuricou a ľanovými semiačkami Šalát cviklový	200ml 180g 25g	Pohánkový chlieb od Dobrožrúta Fazuľová nátierka s cibuľkou, Paprika	75g 50g	
Streda	Pohánkový chlieb od Dobrožrúta Vajíčková nátierka s mrkvou 3, Jablko	75g 50g	Karfiolový krém s petržlenovou vňaťou Z Morčacie rizoto s tekvicou	200ml 200g	Pohánková pizza 3	75g	
Štvrtok	Pšenná kaša so slivkami a škoricou	100g	Vege boršč Koložvárska kapusta s farmárskym hovädzím Domáca knedľa 3	200ml 120g 80g	Pohánkový chlieb od Dobrožrúta Nátierka z pečenej tresky s póríkom 4 Mrkva	75g 50g	
Piatok	Pohánkový chlieb od Dobrožrúta Pšenná nátierka s šampiňonmi Banán	100g 50g	Jarná polievka s kukuričnou cestovinou ryžou Mäsové teľacie guľky 3, rajčinová omáčka, Varené zemiaky	200ml 1 ks 90g 90g	Makový koláč s višňami 3	75g	

Vypracovala: A. Patay, poradca pre výživu: www.cojediazdravedeti.sk, Pripravil: Adam Harík: www.zdravydom.menu **Od 06.04 do 09.04.2021 VEGE**

Nápoj týždňa: Biomila čaj	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Název pokrmu	HM	Název pokrmu	HM	Název pokrmu	HM	
Pondelok			-----Štátny sviatok-----				1-Obilniny, 2-Kôrovce, 3-Vajcia, 4-Ryby, 5- Arašidy, 6-Sója, 7- Mlieko, 8-Orechy, 9- Zelér, 10-Horčica, 11- Sésam, 12-Siričitany, 13-Vlčí bôb, 14- Mäkkýše ,Z-zemiak POZNÁMKA: Zmena jedálneho lístka je vyhradená. Pri príprave jedál sa nepoužívajú geneticky modifikované potraviny ani polotovary. Mäso používame z welfare farmárskych chovov. Pokrmý môžu obsahovať stopy lepky, mlieka, orechov.
Utorok	Ovocná výživa	100g	Hydinový krém 9,Z Cestoviny s hráškom, kukuricou a ľanovými semiačkami a strúhaným syrom Eidam 1,7 Šalát cviklový	200ml 180g 25g	Kváskový chlieb, 1 Fazuľová nátierka s cibuľkou Paprika	75g 50g	
Streda	Kváskový chlieb1 Vajíčková nátierka s mrkvou 3,7 Jablko	75g 50g	Karfiolový krém s petržlenovou vňaťou Z Tekvicové rizoto s čiernou šošovicou	200ml 200g	Domáci pizza osúch 1,3,7	75g	
Štvrtok	Pšenovú kašu so slivkami a škoricou	100g	Vege boršč Koložvárska kapusta s údeným tempehom 6 Parená knedľa 1, 3	200ml 120g 80g	Rohlík z pekárne Křižák 1 Póriková ricotta 7 Mrkva	75g 50g	
Piatok	Kváskový chlieb 1 Pšenovú nátierka s šampinónmi Banán	100g 50g	Jarná polievka s kukuričnou cestovinou ryžou Brokolicové guľky 3 s Vegmezánom od Nuttery 8 a rajčinovou omáčkou, Varené zemiaky	200ml 1 ks 90g 90g	Makový koláč s višňami 1,3	75g	