

Nápoj týždňa: Biomila čaj	DESIATA	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY	
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu		HM
Pondelok	Jahodovo - kokosová výživa	100g	Brokolicovo - karfiolová s petržlen. vňaťou Makaróny so syrovo- zeleninovou omáčkou Mac and Cheese 1,7 Ľadový šalát	200ml 100g 90g 25g	Kváskový chlebík 1 Maslo 7 Jablko	70g 50g	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 lepký, mlieka, orechov.
Utorok	Kukuričná kaša s čokoládou 6 a malinami	100g 50g	Jarná s niťovkami 1 Hovädzie guľky so zeleninou 3 v paprikovo- tekvicovej omáčke Varené zemiaky	200ml 1ks 90g 90g	Rohlík z pekárne Křížák 1 Hydinová pena 7 Biela reďkvička	75g 50g	
Streda	Kváskový chlebík 1 Fazuľová nátierka s pohankou Uhorka	75g 50g	Polievka zo žltého hrachu s krutónami 1 Morčacie mäsko v rajčinovej omáčke, Ryža	200ml 100g 100g	Pečené buchty s Powernugat 1,7,8	1ks	
Štvrtok	Pšenovú kašu so škoricou a slivkami	100g	Zemiakovo - póríkový krém s pečeným cícerom Morčací Szegedín, 7 Chlebová knedľa 1,3	200ml 100g 100g	Viaczrnný chlieb 1,11 Rajčinovo - ricottová nátierka7 Mrkva	75g 50g	
Piatok	Kváskový chlieb 1 Cuketová nátierka s mrkvou 7 Hrozno	100g 50g	Rybáci vývar na červeno 4,9 Placky z kalerábu a červenej šošovice 3 Hráškovo - zemiakové pyrė Cviklový šalát	200ml 1ks 120g 25g	Tekvicový koláč 1,3	75g	

Vypracovala: A. Patay, poradca pre výživu: www.cojediazdravedeti.sk, Pripravil: Ivan Krajčovič a Adam Harík: www.zdravydom.menu

Od 18.05 do 22.05.2021 NO MILK NO GLUTEN

Nápoj týždňa: Biomila čaj	DESIATA	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY	
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu		HM
Pondelok	Jahodovo- kokosová výživa	100g	Brokolicovo- karfiolová polievka s petržlen. vňaťou Bezlepkové cestoviny so zeleninovou omáčkou Ľadový šalát	200ml 100g 90g 25g	Pohánkový chlieb Cícerová nátierka Jablko	70g 50g	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	Kukuričná kaša s čokoládou 6 a malinami	100g 50g	Jarná s cestovinou Hovädzie guľky so zeleninou 3 v paprikovo- tekvicovej omáčke Varené zemiaky	200ml 1ks 90g 90g	Pohánkový chlieb Hydinová nátierka Biela reďkvička	75g 50g	
Streda	Pohánkový chlieb Fazuľová nátierka Uhorka	75g 50g	Polievka zo žltého hrachu s bezl. krutónami Morčacie mäsko v rajčinovej omáčke, Ryža	200ml 100g 100g	Koláč s Power Nougat 8	1ks	
Štvrtok	Pšenovú kašu so škoricou a slivkami	100g	Zemiakovo- póríkový krém s pečeným cícerom Morčací Szegedín, Chlebová knedľa 3	200ml 100g 100g	Pohánkový chlieb Rajčinová nátierka Mrkva	75g 50g	
Piatok	Pohánkový chlieb Cuketová nátierka s mrkvou Hrozno	100g 50g	Rybáci vývar na červeno 4,9 Placky z kalerábu a červenej šošovice 3 Hráškovo- zemiakové pyrė Cviklový šalát	200ml 1ks 120g 25g	Tekvicový koláč 3	75g	

Nápoj týždňa: Biomila čaj	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
Pondelok	Jahodovo- kokosová výživa	100g	Brokolicovo- karfiolová polievka s petržlen. vňaťou Makaróny so syrovo- zeleninovou omáčkou Mac and Cheese 1,7 Ľadový šalát	200ml 100g 90g 25g	Kváskový chlebík 1 Maslo 7 Jablko	70g 50g	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 lepký, mlieka, orechov.
Utorok	Kukuričná kaša s čokoládou 6 a malinami	100g 50g	Jarná s niťovkami 1 Zeleninové guľky so zeleninou 3 v paprikovo- tekvicovej omáčke Varené zemiaky	200ml 1ks 90g 90g	Rohlík z pekárne Křížák 1 Drožďová so zeleninou Biela reďkvička	75g 50g	
Streda	Kváskový chlebík 1 Fazuľová nátierka s pohankou Uhorka	75g 50g	Polievka zo žltého hrachu s krutónami 1 Tempeh v rajčinovej omáčke 6 Ryža	200ml 100g 100g	Pečené buchty s Power Nougat 1,7,8	1ks	
Štvrtok	Pšenovú kašu so škoricou a slivkami	100g	Zemiakovo- póríkový krém s pečeným cícerom Tofu Szegedín, 6, 7 Chlebová knedľa 1,3	200ml 100g 100g	Viaczrnný chlieb 1,11 Rajčino- ricottová nátierka 7 Mrkva	75g 50g	
Piatok	Kváskový chlieb 1 Cuketová nátierka s mrkvou 7 Hrozno	100g 50g	Minestrone 4,9 Placky z kalerábu a červenej šošovice 3 Hráškovo- zemiakové pyré Cviklový šalát	200ml 1ks 120g 25g	Tekvicový koláč 1,3	75g	