

Nápoj týždňa: Biomila čaj	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
Pondelok	Mrkvovo- jablkový šalátik s orieškami 8	100g	Šampiňónový krém s krutónami 1 Z Penne 1 s paradajkovou omáčkou a bazalkou Syr 7	200ml 100g 100g 10g	Kváskový chlebík 1 Lučina syr s pažitkou 7 Slivka	75g 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 , K kakao 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	Ovsená kaša so škoricou, jablkami a makom 1	100g	Hustá zeleninová polievka Fašírka z červenej šošovice 1,3 Varené zemiaky Uhorkový šalát	200ml 1ks 120g 25g	Rohlík z pekárne Křížák 1 Zelerová nátierka 7,9 Hruška	75g 50g	
Streda	Kváskový chlebík 1 Tekvicová pena 7 Uhorka	75g 50g	Polievka zo sladkej kapusty a mrkvy Teľacie pásiky na smotane 7 Slovenska ryža 1 Domáci jablkový kompót	200ml 90g 90g 25g	Malinový dezert s kokosovým mliekom	100g	
Štvrtok	Kukurličná krupica s kakaom 6,K	100g	Cuketový krém s hráškom Z Kurací paprikáš 7 Halušky 1,3	200ml 100g 100g	Viaczrnný chlieb 1,11 Maslo 7 Paprika	70g 50g	
Piatok	Kváskový chlieb 1 Cesnaková z pečeného cesnaku 7 Mrkva	100g 50g	Rybáci vývar s kukuričkou a paradajkami 4,9 Batátovo- zemiakový Granadír 1 Kyslé uhorky	200ml 185g 25g	Palacinky 1,3,7 s jahodovou polevou	1ks 20g	

Vypracovala: A. Patay, poradca pre výživu: www.cojediazdravedeti.sk,

Pripravil: Ivan Krajčovič a Adam Harík: www.zdravydom.menu **Od 21.06 do 25.06.2021 No Milk No Gluten**

Nápoj týždňa: Biomila čaj	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu		Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
Pondelok	Mrkvovo- jablkový šalátik s orieškami 8	100g	Šampiňónový krém s bez. krutónami Z Cestoviny bez lepku s paradajkovou omáčkou a bazalkou, ľanové semiačka	200ml 100g 100g 10g	Pohánkový chlieb Pšenová nátierka s pažítkou Slivka	75g 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 , K kakao 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 so škoricou, jablkami a makom	100g	Hustá zeleninová polievka Fašírka z červenej šošovice 3 Varené zemiaky Uhorkový šalát	200ml 1ks 120g 25g	Pohánkový chlieb Zelerová nátierka 9 Hruška	75g 50g	
Streda	Pohánkový chlieb Tekvicová nátierka s bylinkami Uhorka	75g 50g	Polievka zo sladkej kapusty a mrkvy Teľacie pásiky na ryžovej smotane Ryža Domáci jablkový kompót	200ml 90g 90g 25g	Malinový dezert s kokosovým mliekom	100g	
Štvrtok	Kukuričná krupica s kakaom 6,K	100g	Cuketový krém s hráškom Z Kurací paprikáš Halušky 3	200ml 100g 100g	Pohánkový chlieb Fazuľová nátierka s cibuľkou Paprika	75g 50g	
Piatok	Pohánkový chlieb Cesnaková nátierka z pečeného cesnaku Mrkva	100g 50g	Rybáci vývar s kukuričkou a paradajkami 4,9 Batátovo- zemiakový Granadír Kyslé uhorky	200ml 185g 25g	Palacinky 3 s jahodovou polevou	1ks 20g	

Nápoj týždňa: Biomila čaj	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
Pondelok	Mrkvovo- jablkový šalátik s orieškami 8	100g	Šampiňónový krém s krutónami 1 Z Penne 1 s paradajkovou omáčkou a bazalkou Syr 7	200ml 100g 100g 10g	Kváskový chlebík 1 Lučina syr s pažitkou 7 Slivka	75g 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 , K kakao 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	Ovsená kaša so škoricou, jablkami a makom 1	100g	Hustá zeleninová polievka Fašírka z červenej šošovice 1,3 Varené zemiaky Uhorkový šalát	200ml 1ks 120g 25g	Rohlík z pekárne Křížák 1 Zelerová nátierka 7,9 Hruška	75g 50g	
Streda	Kváskový chlebík 1 Tekvicová pena 7 Uhorka	75g 50g	Polievka zo sladkej kapusty a mrkvy Tofu pásiky na smotane 6,7 Slovenska ryža 1 Domáci jablkový kompót	200ml 90g 90g 25g	Malinový dezert s kokosovým mliekom	100g	
Štvrtok	Kukurličná krupica s kakaom 6,K	100g	Cuketový krém s hráškom Z Šampiňónový paprikáš 7 Halušky 1,3	200ml 100g 100g	Viaczrnný chlieb 1,11 Maslo 7 Paprika	70g 50g	
Piatok	Kváskový chlieb 1 Cesnaková z pečeného cesnaku 7 Mrkva	100g 50g	Zeleninová polievka s kukuričkou a paradajkami 4,9 Batátovo- zemiakový Granadír 1 Kyslé uhorky	200ml 185g 25g	Palacinky 1,3,7 s jahodovou polevou	1ks 20g	