

Nápoj týždňa: Biomila čaj	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Název pokrmu	HM	Název pokrmu	HM	Název pokrmu	HM	
Pondelok	Ovocné pyré s melónom, banánom a datlami	100g	Hydinový krém so zemiačikom Z Kolienka 1 so syrovou omáčkou, 7 kukuricou a ľanovými semiačkami	200ml 110g 100g	Kváskový chlebík 1 Zeleninová nátierka Rajčiny	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. Pokrmu môžu obsahovať stopy lepky, mlieka, orechov.
Utorok	Krupicová kaša s čučoriedkami 1 Broskyne	100g 50g	Ľahký špenátový krém s rastlinnou smotanou Z Morčacie guľky 3 Rajčinová omáčka s bazalkou Varené zemiaky	200ml 1ks 90g 90g	Rohlík z pekárne Križák 1 Maslová pena s cibuľkou 7	70g	
Streda	Kváskový chlebík 1 Vajíčková nátierka s mrkvou 3,7 Uhorka	75g 50g	Jarná polievka Bolognaise ragú, Ryža Broskyňový kompót	200ml 90g 90g 25g	Banánový koláč s kokosom 1,3, K	75g	
Štvrtok							
Piatok							


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

 Pripravil: Ivan Krajčovič a Adam Harík: www.zdravydom.menu **Od 28.06 do 02.07.2021 NO MILK NO GLUTEN**

Nápoj týždňa: Biomila čaj	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
Pondelok	Ovocné pyré s melónom, banánom a datlami	100g	Hydinový krém so zemiačikom Z Bezlepkové cestoviny s omáčkou z karfiolu a kokosu, ľanové semiačka	200ml 110g 100g	Pohánkový chlieb Zeleninová nátierka Rajčiny	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. Pokrmu môžu obsahovať stopy lepky, mlieka, orechov.
Utorok	Krupicová kukuričná kaša s čučoriedkami Broskyne	100g 50g	Ľahký špenátový krém s rastlinnou smotanou Z Morčacie guľky 3 Rajčinová omáčka s bazalkou Varené zemiaky	200ml 1ks 90g 90g	Pohánkový chlieb Cícerová nátierka s cibuľkou	70g	
Streda	Pohánkový chlieb Vajčková nátierka s mrkvou 3 Uhorka	75g 50g	Jarná polievka Bolognaise ragú, Ryža Broskyňový kompót	200ml 90g 90g 25g	Banánový koláč s kokosom 3,K	75g	
Štvrtok							
Piatok							

Vypracovala: A. Patay, poradca pre výživu: www.cojediazdravedeti.sk, Pripravil: Ivan Krajčovič a Adam Harík: www.zdravydom.menu **Od 28.06 do 02.07.2021 VEGE**

Nápoj týždňa: Biomila čaj	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
Pondelok	Ovocné pyré s melónom, banánom a datlami	100g	Zemiakový krém Z Kolienka 1 so syrovou omáčkou, 7 kukuricou a ľanovými semiačkami	200ml 110g 100g	Kváskový chlebík 1 Zeleninová nátierka Rajčiny	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. Pokrmu môžu obsahovať stopy lepky, mlieka, orechov.
Utorok	Krupicová kaša s čučoriedkami 1 Broskyne	100g 50g	Ľahký špenátový krém s rastlinnou smotanou Z Zeleninové guľky 3 Rajčinová omáčka s bazalkou Varené zemiaky	200ml 1ks 90g 90g	Rohlík z pekárne Křižák 1 Maslová pena s cibuľkou 7	70g	
Streda	Kváskový chlebík 1 Vajíčková nátierka s mrkvou 3,7 Uhorka	75g 50g	Jarná polievka Ragú z červenej šošovice a zeleniny, Ryža Broskyňový kompót	200ml 90g 90g 25g	Banánový koláč s kokosom 1,3,K	75g	
Štvrtok							
Piatok							