

Nápoj týždňa: Biomila čaj	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
Pondelok	Ovocné pyré s bio cornfakes	100g 10g	Hrstková polievka Kolienka so syrovou omáčkou a hráškom 1,7	200ml 110g 100g	Kváskový chlebík 1 Maslo 7 Mrkva	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 , 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	Ovsená kaša s kokosom1	100g	Brokolicovo - karfiolový krém s krutónami 1 Hydinová sekaná so zeleninou 1,3 Varené zemiaky s petržlenovou vňaťou Cviklový šalát	200ml 50g 120g 25g	Rohlík z pekárne Křižák 1 Sardinková nátierka s cibuľkou 4,7 Jablko	75g 50g	
Streda	Kváskový chlebík 1 Cícerová nátierka s paradajkou Slivka	75g 50g	Minestrone 9 Morčacie guľky3 s ryžou v tekvicovej omáčke 7, Mrkvový kuskus 1	200ml 1kus 90g 90g	Kakaový puding K s čerešňovým kompótom	100g 25g	
Štvrtok	Ryžová kaša s jahodami	100g	Kukuričková polievka Hovädzie v omáčke z koreňovej zeleniny Parená knedľa 1,3	200ml 120g 80g	Viaczrnný chlieb 1,11 Bryndzová biela nátierka 7 Paprika	75g 50g	
Piatok	Kváskový chlieb 1 Cuketová nátierka 7 Uhorka	100g 50g	Kačací vývar s hráškom Halušky s vajcom 1,3 Kvasená kapusta s jablkom	200ml 185g 25g	Makový s ovocím 1,3	75g	

Pripravil: Ivan Krajčovič a Adam Harík: www.zdravydom.menu **Od 14.06 do 18.06.2021 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 bio cornfakes	100g 10g	Hrstková polievka Bezlepková cestovina s paradajkovou omáčkou a hráškom	200ml 110g 100g	Pohánkový chlieb Nátierka z aktívneho droždia a papriky, Mrkva	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 , 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	Pšenová kaša s kokosom	100g	Brokolicovo -karfiolový krém s bezl. krutónami Hydinová sekaná so zeleninou 3 Varené zemiaky s petržlenovou vňaťou Cviklový šalát	200ml 50g 120g 25g	Pohánkový chlieb Sardinková nátierka s cibuľkou 4 Jablko	75g 50g	
Streda	Pohánkový chlieb Cícerová nátierka s paradajkou Slivka	75g 50g	Minestrone 9 Morčacie guľky3 s ryžou v tekvicovej omáčke, Mrkvová quinoa	200ml 1kus 90g 90g	Kakaový puding K s čerešňovým kompótom	100g 25g	
Štvrtok	Ryžová kaša s jahodami	100g	Kukuričková polievka Hovädzie v omáčke z koreňovej zeleniny Parená knedľa 3	200ml 120g 80g	Pohánkový chlieb Zeleninová nátierka Paprika	75g 50g	
Piatok	Pohánkový chlieb Cuketová nátierka Uhorka	100g 50g	Kačací vývar s hráškom Bezlepkové halušky s vajcom 3 Kvasená kapusta s jablkom	200ml 185g 25g	Makový koláč s ovocím 3	75g	

Nápoj týždňa: Biomila čaj	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Název pokrmu	HM	Název pokrmu	HM	Název pokrmu	HM	
Pondelok	Ovocné pyré s bio cornfakes	100g 10g	Hrstková polievka Kolienka so syrovou omáčkou a hráškom 1,7	200ml 110g 100g	Kváskový chlebík 1 Maslo 7 Mrkva	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 , 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 s kokosom1	100g	Brokolicovo -karfiolový krém s krutónami 1 Zeleninová sekaná 1,3 Varené zemiaky s petržlenovou vňaťou Cviklový šalát	200ml 50g 120g 25g	Rohlík z pekárne Křížák 1 Šošovicová náteirka s cibulkou 7 Jablko	75g 50g	
Streda	Kváskový chlebík 1 Cícerová nátierka s paradajkou Slivka	75g 50g	Minestrone 9 Šošovicovo- ryžové guľky3 s ryžou v tekvicovej omáčke 7, Mrkvový kuskus 1	200ml 1kus 90g 90g	Kakaový puding K s čerešňovým kompótom	100g 25g	
Štvrtok	Ryžová kaša s jahodami	100g	Kukuričková polievka Tempeh v omáčke z koreňovej zeleniny Parená knedľa 1,3	200ml 120g 80g	Viaczrnný chlieb 1,11 Bryndzová biela nátierka 7 Paprika	75g 50g	
Piatok	Kváskový chlieb 1 Cuketová nátierka 7 Uhorka	100g 50g	Hustá hrášková polievka s cestovinou 1 Halušky s vajcom 1,3 Kvasená kapusta s jablkom	200ml 185g 25g	Makový s ovocím 1,3	75g	

