

Nápoj týždňa: Čaj BIOMILA	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
Pondelok			Štátny sviatok				1-Obilniny, 2-Kôrovce, 3-Vajcia, 4-Ryby, 5- Arašidy, 6-Sója, 7- Mlieko, 8-Orechy, 9- Zeler, 10-Horčica, 11- Sezam, 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	(10.005)Pšenová kaša s jahodami	100g	(1.037)Hustá zeleninová polievka s kukuričnou cestovinou (2.002)Bolognaise z farmárskeho hovädzieho mäsa 9 (10.020)Penne 1	200ml 100g 100g	Špaldová kvásková žemľa z pekárne Kvaskove 1,7 (8.001)Cícerová nátierka Mrkva	75g 50g	
Streda	Kváskový chlieb z pekárne Kvaskove1 (8.042)Hydinová pena7 Jablko	75g 50g	(1.004)Cviklový krém s kokos smotanou (6.018)Šošovicové fašírky 3 (11.025)Zemiakové pyré Kapustový šalát zo sladkej kapusty(olej, jemne struhana)	200ml 1 kus 120g 25g	(9.009)Ryžový koláč s ovocnou polevou 3,7	75g 20g	
Štvrtok	(10.021)Ovsená kaša s banánom mix a kokosom1	100g	(1.047)Brokolicový krém s hráškom (4.003)Kurací paprikáš 7 (11.008)Domáce halušky 1,3	200ml 100g 100g	Rohlík z pekárne Križák1 (8.038)Karfiolová nátierka Uhorka	75g 50g	
Piatok	(12.011)Ovocné pyré s melónom	100g	(1.006)Tekvicová polievka s hnedou sosovicou (4.012)Morčacie pásiky restovane so zeleninou (sladkou kapustou a mrkvou) (11.009)Kurkumova Ryža	200ml 100g 100g	Kváskový chlieb z pekárne Kvaskove1 (8.035)Ricotta na červeno 7 Paprika	75g 50g	



Vypracovala: A. Patay, poradca pre výživu: www.cojediazdravedeti.sk, Pripravil: Ivan Krajčovič a Adam Harík: www.zdravydom.menu **Od 01.11 do 05.11.2021 No Milk No**

Nápoj týždňa: Čaj BIOMILA	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu			Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	
Pondelok			Štátny sviatok				1-Obilniny, 2-Kôrovce, 3-Vajcia, 4-Ryby, 5- Arašidy, 6-Sója, 7- Mlieko, 8-Orechy, 9- Zeler, 10-Horčica, 11- Sezam, 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	(10.005)Pšenová kaša s jahodami	100g	(1.037)Hustá zeleninová polievka s kukuričnou cestovinou (2.002)Bolognaise z farmárskeho hovädzieho mäsa 9 Kukuričná cestovina	200ml 100g 100g	Pohánkový chlebík (8.001)Cícerová nátierka Mrkva	75g 50g	
Streda	Pohánkový chlebík (8.042)Hydinová nátierka Jablko	75g 50g	(1.004)Cviklový krém s kokosovou smotanou (6.018)Šošovicové fašírky 3 (11.025)Zemiakové pyrė Kapustový šalát zo sladkej kapusty	200ml 1 kus 120g 25g	(9.009)Ryžový koláč s ovocnou polevou 3	75g 20g	
Štvrtok	(10.021)Kukuričná kaša s banánom a kokosom	100g	(1.047)Brokolicový krém s hráškom (4.003)Kurací paprikáš (11.008)Domáce halušky 3	200ml 100g 100g	Pohánkový chlebík (8.038)Karfiolová nátierka Uhorka	75g 50g	
Piatok	(12.011) Ovocné pyrė s melónom	100g	(1.006) Tekvicová polievka (4.012) Morčacie pásiky restovane so zeleninou 6 (11.009)Kurkumová Ryža	200ml 100g 100g	Pohánkový chlebík Pšenová nátierka Paprika	75g 50g	

Vypracovala: A. Patay, poradca pre výživu: www.cojediazdravedeti.sk, Pripravil: Ivan Krajčovič a Adam Harík: www.zdravydom.menu **Od 01.11 do 05.11.2021 VEGE**

Nápoj týždňa: Čaj BIOMILA	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
Pondelok			Štátny sviatok				1-Obilniny, 2-Kôrovce, 3-Vajcia, 4-Ryby, 5-Arašidy, 6-Sója, 7-Mlieko, 8-Orechy, 9-Zeler, 10-Horčica, 11-Sezam, 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	(10.005)Pšenová kaša s jahodami	100g	(1.037)Hustá zeleninová polievka s kukuričnou cestovinou Zeleninové ragu (10.020) Penne 1	200ml 100g 100g	Špaldová kvásková žemľa z pekárne Kvaskove 1,7 (8.001)Cícerová nátierka Mrkva	75g 50g	
Streda	Kváskový chlieb z pekárne Kvaskove1 Pohanková nátierka Jablko	75g 50g	(1.004)Cviklový krém s kokosovou smotanou (6.018)Šošovicové fašírky 3 (11.025)Zemiakové pyrė Kapustový šalát zo sladkej kapusty	200ml 1 kus 120g 25g	(9.009)Ryžový koláč s ovocnou polevou 3,7	75g 20g	
Štvrtok	(10.021)Ovsená kaša s banánom mix a kokosom1	100g	(1.047)Brokolicový krém s hráškom (4.003) Šampiónový paprikáš 7 (11.008)Domáce halušky 1,3	200ml 100g 100g	Rohlík z pekárne Křížák1 (8.038)Karfiolová nátierka Uhorka	75g 50g	
Piatok	(12.011) Ovocné pyrė s melónom	100g	(1.006) Tekvicová polievka (4.012) Tofu kocky so zeleninou 6 (11.009)Kurkumová Ryža	200ml 100g 100g	Kváskový chlieb z pekárne Kvaskove1 (8.035)Ricotta na červeno 7 Paprika	75g 50g	

