



Vypracovala: Janka Salvová, Varíme podľa receptúr zostavených výživovým poradcom projektu ČJZD

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Adam Harík www.zdravydom.menu **Od 20.12. do 23.12.2021 KLASIK**

Nápoj týždňa: Biomila čaj	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
<b>Pondelok</b>	(12.005)Jahodovo-kokosová výživa	100g	(1.026)Polievka zo sladkej kapusty a mrkvy (7.001)Syrová omáčka s kukuricou 7 (11.020)Špagety 1	200ml 100g 110g	Kváskový chlieb z pekárne Križák 1 (8.030)Sardinková nátierka s fazuľou 4 Hruška zo Sladučkého ovocia	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 <b>POZNÁMKA:</b> Zmena jedálneho lístka je vyhradená. Pri príprave jedál sa nepoužívajú geneticky modifikované potraviny ani polotovary. Mäso používame z welfare farmárskych chovov. Pokrmy môžu obsahovať stopy lepky, mlieka, orechov.
<b>Utorok</b>	(10.003)Ryžová kaša so škoricou	100g	(1.044)Brokolicový krém Z, s krutónmi 1 (4.003)Morčací paprikáš 7 (11.008)Halušky 1,3	200ml 100g 100g	Špaldová kvásková žemľa z Kváskové 1,7 (8.004)Nátierka z pečeného cesnaku 7 Jablko zo Sladučkého ovocia	75g  50g	
<b>Streda</b>	Kváskový chlieb z pekárne Kváskové 1 (8.027)Bylinkové maslo 7 Uhorka	75g  50g	(1.019) Slávnostná šošovicová polievka Rybacia fašírka z tresky 1,3,4 Zemiakový šalát s jogurtom a hráškom 7,10	200ml 1ks 120g	(9.004)Makovník 1,3,7	75g	
<b>Štvrtok</b>							
<b>Piatok</b>							



Vypracovala: Janka Salvová, Varíme podľa receptúr zostavených výživovým poradcom projektu ČJZD

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Adam Harík www.zdravydom.menu **Od 20.12. do 23.12.2021 NO MILK NO GLUTEN**

Nápoj týždňa: Biomila čaj	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
<b>Pondelok</b>	(12.005)Jahodovo-kokosová výživa	100g	(1.026)Polievka zo sladkej kapusty a mrkvy Omáčka z rastlinnej smotany s kukuricou 7 Kukurličné cestoviny	200ml 100g 110g	Pohánkový chlieb od Dobrožrúta (8.030) Sardinková nátierka s fazuľou 4 Hruška zo Sladučkého ovocia	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-Siričítany, 13-Vlčí bôb, 14-Mäkkýše ,Z-zemiak <b>POZNÁMKA:</b> 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.
<b>Utorok</b>	(10.003)Ryžová kaša so škoricou	100g	(1.044)Brokolicový krém Z, s krutónmi (4.003)Morčací paprikáš (11.008)Halušky 3	200ml 100g 100g	Pohánkový chlieb od Dobrožrúta Nátierka z karfiolu a pečeného cesnaku Jablko zo Sladučkého ovocia	75g  50g	
<b>Streda</b>	Pohánkový chlieb od Dobrožrúta Mrkvová nátierka Uhorka	75g  50g	(1.019) Slávnostná šošovicová polievka Rybacia fašírka z tresky 3,4 Zemiakový šalát s hráškom zjemnený rastlinnou smotanou 6,10	200ml 1ks 120g	Makový koláč 3	75g	
<b>Štvrtok</b>							
<b>Piatok</b>							

Vypracovala: Janka Salvová, Varíme podľa receptúr zostavených výživovým poradcom projektu ČJZD

Prípravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Adam Harík www.zdravydom.menu Od 20.12. do 23.12.2021 VEGE

Nápoj týždňa: Biomila čaj	DESIATA	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY	
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
<b>Pondelok</b>	(12.005)Jahodovo-kokosová výživa	100g	(1.026)Polievka zo sladkej kapusty a mrkvy (7.001)Surová omáčka s kukuricou 7 (11.020)Špagety 1	200ml 100g 110g	Kváskový chlieb z pekárne Križák 1 Fazuľová nátierka Hruška zo Sladučkého ovocia	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 <b>POZNÁMKA:</b> 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.
<b>Utorok</b>	(10.003)Ryžová kaša so škoricou	100g	(1.044)Brokolicový krém Z, s krutónmi 1 (4.003)Paprikáš s tempeh 6,7 (11.008)Halušky 1,3	200ml 100g 100g	Špaldová kvásková žemľa z Kváskové 1,7 (8.004)Nátierka z pečeného cesnaku 7 Jablko zo Sladučkého ovocia	75g  50g	
<b>Streda</b>	Kváskový chlieb z pekárne Kváskové 1 (8.027)Bylinkové maslo 7 Uhorka	75g  50g	(1.019) Slávnostná šošovicová polievka Fašírka z hokaido tekvice 1,3 Zemiakový šalát s jogurtom a hráškom 7,10	200ml 1ks 120g	(9.004)Makovník 1,3,7	75g	
<b>Štvrtok</b>							
<b>Piatok</b>							