

Varíme podľa receptúr zostavených výživovým poradcom projektu ČJZD



Vypracovala: Janka Salvová, Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Adam Harík www.zdravydom.menu Od 11.7. do 15.7.2022 KLASIK

Nápoj týždňa: Čaj BIOMILA	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
Pondelok	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Brokolicová nátierka Jablko	75g 50g	Karfiolový jemný krém Z s krutónmi 1 Batátový granadír 1,Z Domáca čalámada	200ml 190g 25g	Jablkové pyré s marhuľami Kukuričné lupienky	100g 10g	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 so sušenými hrozičkami Broskyňa	100g 50g	Jarná polievka s petržlenovou vňaťou Hydinová sekaná 1,3 Hráškovo-zemiakové pyré Z Cviklový šalát	200ml 50g 120g 25g	Pšeničný kváskový rohlík z pekárne Kváskové 1,7 Sardinková nátierka 4,7	75g	
Streda	Kváskový chlieb z pekárne Kváskové 1 Mrkvová nátierka 3 Paprika	70g	Špenátový krém Z Kuracie mäso v paradajkovej omáčke Tarhoňa 1	200ml 100g 100g	Muffin s lesným ovocím 1,3,7	1ks	
Štvrtok	Krupicová kaša s čokoládou 1,6,K	100g	Mrkvová polievka s písmenakmi 1 Kapustové strapačky 1,3	200ml 210g	Rohlík z pekárne Křížák 1 Tvarohová nátierka s farebnou paprikou 7 Uhorka	75g 50g	
Piatok	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Pšenová nátierka Melón žltý	75g 50g	Rybací vývar na červeno 4,9 Detské šošovicové ragú Ryža	200ml 110g 100g	Palacinky 1,3,7 so slivkovým džemom	75g 20g	

Varíme podľa receptúr zostavených výživovým poradcom projektu ČJZD

Vypracovala: Janka Salvová, Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Adam Harík www.zdravydom.menu **Od 11.7. do 15.7.2022 NO MILK NO GLUTEN**

Nápoj týždňa: Čaj BIOMILA	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
Pondelok	Pohánkový chlieb od Dobrožrúta Brokolicová nátierka Jablko	75g 50g	Karfiolový jemný krém Z s krutónmi Batátový granadír Z Domáca čalámada	200ml 190g 25g	Jablkové pyrė s marhuľami Kukurličné lupienky	100g 10g	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. Pokrmý môžu obsahovať stopy lepky, mlieka, orechov.
Utorok	Pšenová kaša so sušenými hrozienkami Broskyňa	100g 50g	Jarná polievka s petržlenovou vňaťou Hydinová sekaná 3 Hráškovo-zemiakové pyrė Z Cviklový šalát	200ml 50g 120g 25g	Pohánkový chlieb od Dobrožrúta Sardinková nátierka 4	75g	
Streda	Pohánkový chlieb od Dobrožrúta Mrkvová nátierka 3 Paprika	70g	Špenátový krém Z Kuracie mäso v paradajkovej omáčke Kukurličná ryža	200ml 100g 100g	Muffin s lesným ovocím 3	1ks	
Štvrtok	Ryžová kaša s čokoládou 6,K	100g	Mrkvová polievka s bezlekovou cestovinou Kapustové strapačky 3	200ml 210g	Pohánkový chlieb od Dobrožrúta Nátierka z pečenej papriky Uhorka	75g 50g	
Piatok	Pohánkový chlieb od Dobrožrúta Pšenová nátierka Melón žltý	75g 50g	Rybáci vývar na červeno 4,9 Detské šošovicové ragú Ryža	200ml 110g 100g	Palacinky 3 so slivkovým džemom	75g 20g	

Varíme podľa receptúr zostavených výživovým poradcom projektu ČJZD

Vypracovala: Janka Salvová, Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Adam Harík www.zdravydom.menu **Od 11.7. do 15.7.2022 VEGE**

Nápoj týždňa: Čaj BIOMILA	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
Pondelok	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Brokolicová nátierka Jablko	75g 50g	Karfiolový jemný krém Z s krutónmi 1 Batátový granadír 1,Z Domáca čalámada	200ml 190g 25g	Jablkové pyré s marhuľami Kukuričné lupienky	100g 10g	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. Pokrmý môžu obsahovať stopy lepky, mlieka, orechov.
Utorok	Pšenovú kašu so sušenými hrozičkami Broskyňa	100g 50g	Jarná polievka s petržlenovou vňaťou Cuketové placky 1,3 Hráškovo-zemiakové pyré Z Cviklový šalát	200ml 50g 120g 25g	Pšeničný kváskový rohlík z pekárne Kváskové 1,7 Nátierka z droždia 7	75g	
Streda	Kváskový chlieb z pekárne Kváskové 1 Mrkvová nátierka 3 Paprika	70g	Špenátový krém Z Tofu so šampiňónmi v paradajkovej omáčke 6 Tarhoňa 1	200ml 100g 100g	Muffin s lesným ovocím 1,3,7	1ks	
Štvrtok	Krupicová kaša s čokoládou 1,6,K	100g	Mrkvová polievka s písmenakmi 1 Kapustové strapačky 1,3	200ml 210g	Rohlík z pekárne Křížák 1 Tvarohová nátierka s farebnou paprikou 7 Uhorka	75g 50g	
Piatok	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Pšenovú nátierka Melón žltý	75g 50g	Zeleninová vývar na červeno 9 Detské šošovicové ragú Ryža	200ml 110g 100g	Palacinky 1,3,7 so slivkovým džemom	75g 20g	