

Varíme podľa receptúr zostavených výživovým poradcom projektu ČJZD



Vypracovala: Janka Salvová, Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Adam Harík www.zdravydom.menu Od 12.9. do 16.9.2022 KLASIK

Nápoj týždňa: Čaj BIOMILA	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
							SK151100 0000 0029 1064 4023
Pondelok	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Zeleninová nátierka Jablko	75g 50g	Špenátovo-brokolícový krém Penne 1 Paradajková omáčka Syr 7	200ml 100g 100g 10g	Biely jogurt 7 Cookie s kúskami sušených višni 1,3,7	100g 1ks	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 lepy, mlieka, orechov.
Utorok	Ovsená kaša so slivkovým džemom 1	100g 20g	Mrkvová polievka s mrveničkou 1,3 Rybacie fašírky z tresky 1,3,4 Zemiaky s petržlenovou vňaťou Cviklový šalát	200ml 1ks 120g 25g	Špaldový kváskový rohlík z pekárne Kváskove 1,7 Zelerová nátierka 7,9 Paradajka	75g 50g	
Streda	Kváskový chlieb z pekárne Kváskové 1 Baklažánová nátierka 7 Hrozno	75g 50g	Karfiolový jemný krém Z Hovädzie na hrášku Bulgur 1	200ml 100g 100g	Jablkové pité 1,3,7	75g	
Štvrtok			S V I A T O K				
Piatok	Kváskový chlieb z pekárne Kváskové 1 Lučina 7 Paprika	75g 50g	Zeleninový vývar s niťovkami 1 Prívarok z červenej šošovice s batátom Vajíčko 3	200ml 185g 1/2ks	Čokoládový brownie 1,3,6,7,K	75g	

Varíme podľa receptúr zostavených výživovým poradcom projektu ČJZD

Vypracovala: Janka Salvová, Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Adam Harík www.zdravydom.menu **Od 12.9. do 16.9.2022 NO MILK NO GLUTEN**

Nápoj týždňa: Čaj BIOMILA	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	SK151100 0000 0029 1064 4023
Pondelok	Tmavý bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Zeleninová nátierka Jablkovo	75g 50g	Špenátovo-brokoliový krém Penne Paradajková omáčka Ľadový šalát	200ml 90g 90g 25g	Vanilkový puding z kokosového mlieka Pohánková piškóta s kúskami višni 3	100g 1ks	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	Ryžová kaša so slivkovým džemom	100g 20g	Mrkvová polievka s kukuričnou cestovinou Rybacie fašírky z tresky 3,4 Zemiaky s petržlenovou vňaťou Cviklový šalát	200ml 1ks 120g 25g	Tmavý bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Zelerová nátierka 9 Paradajka	75g 50g	
Streda	Tmavý bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Baklažánová nátierka Hrozno	75g 50g	Karfiolový jemný krém Z Hovädzie na hrášku Pohánkové halušky 3	200ml 100g 100g	Jablkový koláč 3	75g	
Štvrtok			S V I A T O K				
Piatok	Tmavý bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Tekvicová nátierka Paprika	75g 50g	Zeleninový vývar s ryžovými rezancami Prívarok z červenej šošovice s batátom Vajíčko 3	200ml 185g 1/2ks	Čokoládový koláč 3	75g	

Varíme podľa receptúr zostavených výživovým poradcom projektu ČJZD

Vypracovala: Janka Salvová, Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Adam Harík www.zdravydom.menu **Od 12.9. do 16.9.2022 VEGE**

Nápoj týždňa: Čaj BIOMILA	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu		Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
Pondelok	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Zeleninová nátierka Paprika	75g 50g	Špenátovo-brokoliový krém Penne 1 Paradajková omáčka Syr 7	200ml 100g 100g 10g	Biely jogurt 7 Cookie s kúskami sušených višni 1,3,7	100g 1ks	SK151100 0000 0029 1064 4023 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	Ovsená kaša so slivkovým džemom 1	100g 20g	Mrkvová polievka s mrveničkou 1,3 Cuketové fašírky 1,3 Zemiaky s petržlenovou vňaťou Cviklový šalát	200ml 1ks 120g 25g	Špaldový kváskový rohlík z pekárne Kváskove 1,7 Zelerová nátierka 7,9 Paradajka	75g 50g	
Streda	Kváskový chlieb z pekárne Kváskové 1 Baklažánová nátierka 7 Hrozno	75g 50g	Karfiolový jemný krém Z Tofu na hrášku 6 Bulgur 1	200ml 100g 100g	Jablkové pité 1,3,7	75g	
Štvrtok			S V I A T O K				
Piatok	Kváskový chlieb z pekárne Kváskové 1 Lučina 7 Jablko	75g 50g	Zeleninový vývar s niťovkami 1 Prívarok z červenej šošovice s batátom Vajíčko 3	200ml 185g 1/2ks	Čokoládový brownie 1,3,6,7,K	75g	