

Varíme podľa receptúr zostavených výživovým poradcom projektu ČJZD



Vypracovala: Janka Salvová, Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Adam Harík www.zdravydom.menu Od 19.9. do 23.9.2022 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 Pšenovú nátierka Uhorka	75g 50g	Hráškový krém s krutónmi 1 Kolienska 1 s hovädzím mäsom Ľadový šalát	200ml 175g 25g	Banánový puding s kokosovým mliekom Špaldová kakaová piškóta 1,3,6	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	Ryžová kaša s malinami	100g	Mrkvový krém s feniklom Morčacie mäso v brokolicovo-cuketovej omáčke Zemiaky	200ml 100g 100g	Pšeničný kváskový rohlík z pekárne Kváskove 1,7 Maslo so strúhaným syrom 7 Jablko	75g 50g	
Streda	Kváskový chlieb z pekárne Kváskové 1 Nátierka z červenej šošovice Hrozno	75g 50g	Paradajková polievka s bazalkou Cviklové krupoto so syrom 1,7 Kvasená kapusta	200ml 180g 10g 25g	Čučoriedkový muffin 1,3,7	1ks	
Štvrtok	Škoricová krupicová kaša 1	100g	Kalerábovo-kukuricová polievka Hydinový paprikáš 7 Halušky 1,3	200ml 100g 100g	Rohlík z pekárne Křížák 1 Tuniakovú nátierka 4,7 Paprika	75g 50g	
Piatok	Kváskový chlieb z pekárne Kváskové 1 Creamcheese s pažitkou 7 Paradajka	75g 50g	Kačací vývar 1 Ryžové guľky so sušenou paradajkou 3,6 Paprikovo-tekvicová omáčka so zemiakom Z	200ml 1ks 160g	Citrónovo-kokosový koláč 1,3	75g	

Varíme podľa receptúr zostavených výživovým poradcom projektu ČJZD

Vypracovala: Janka Salvová, Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Adam Harík www.zdravydom.menu **Od 19.9. do 23.9.2022 NO MILK NO GLUTEN**

Nápoj týždňa: Čaj BIOMILA	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Název pokrmu	HM	Název pokrmu	HM	Název pokrmu	HM	
							SK151100 0000 0029 1064 4023
Pondelok	Tmavý bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Pšenovú nátierku Uhorka	75g 50g	Hráškový krém s krutónmi Kukurličné cestoviny s hovädzím mäsom Ľadový šalát	200ml 175g 25g	Banánový puding s kokosovým mliekom Kakaový keks 3,6	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 s malinami	100g	Mrkvový krém s feniklom Morčacie mäso v brokolicovo-cuketovej omáčke Zemiaky	200ml 100g 100g	Tmavý bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Karfiolová nátierka s droždím Jablko	75g 50g	
Streda	Tmavý bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Nátierka z červenej šošovice Hrozno	75g 50g	Paradajková polievka s bazalkou Cviklové rizoto Kvasená kapusta	200ml 180g 25g	Čučoriedkový muffin 3	1ks	
Štvrtok	Škoricová ryžová krupica	100g	Kalerábovo-kukurličná polievka Hydinový paprikáš Halušky 3	200ml 100g 100g	Tmavý bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Tuniakovú nátierku 4 Paprika	75g 50g	
Piatok	Tmavý bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Baklažánová nátierka Paradajka	75g 50g	Kačací vývar s bezlepkovou cestovinou Ryžové guľky so sušenou paradajkou 3,6 Paprikovo-tekvicová omáčka so zemiakom Z	200ml 1ks 160g	Citronovo-kokosový 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 19.9. do 23.9.2022 VEGE**

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 Križák 1 Pšenovú nátierku Uhorka	75g 50g	Hráškový krém s krutónmi 1 Kolienka 1 s pečenou tekvicou Ľadový šalát	200ml 175g 25g	Banánový puding s kokosovým mliekom Špaldová kakaová piškóta 1,3,6,7	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. Pokrmý môžu obsahovať stopy lepky, mlieka, orechov.
Utorok	Ryžová kaša s malinami	100g	Mrkvový krém s feniklom Tofu v brokolicovo-cuketovej omáčke 6 Zemiaky	200ml 100g 100g	Pšeničný kváskový rohlík z pekárne Kváskove 1,7 Maslo so strúhaným syrom 7 Jablko	75g 50g	
Streda	Kváskový chlieb z pekárne Kváskové 1 Nátierka z červenej šošovice Hrozno	75g 50g	Paradajková polievka s bazalkou Cviklové krupoto so syrom 1,7 Kvasená kapusta	200ml 180g 10g 25g	Čučoriedkový muffin 1,3,7	1ks	
Štvrtok	Škoricová krupicová kaša 1	100g	Kalerábovo-kukuricová polievka Tempeh paprikáš 6,7 Halušky 1,3	200ml 100g 100g	Rohlík z pekárne Križák 1 Cuketová nátierka 4,7 Paprika	75g 50g	
Piatok	Kváskový chlieb z pekárne Kváskové 1 Creamcheese s pažitkou 7 Paradajka	75g 50g	Zeleninová polievka 1 Ryžové guľky so sušenou paradajkou 3,6 Paprikovo-tekvicová omáčka so zemiakom Z	200ml 1ks 160g	Citrónovo-kokosový koláč 1,3	75g	