

Varíme podľa receptúr zostavených výživovým poradcom projektu ČJZD



Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Adam Harík www.zdravydom.menu **Od 31.10. do 4.11.2022 KLASIK**

Nápoj týždňa: Čaj BIOMILA	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
Pondelok			prázdniny				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			SVIATOK				
Streda	Kváskový chlieb z pekárne Kváskové 1 Maslo 7 Paradajka	75g 50g	Cviklový krém Hovädzie pásiky na smotane 7 Ryža s pohánkou a hráškom	200ml 100g 100g	Vanilkový puding z kokosového mlieka Mramorové kocky 1,3	100g 10g	
Štvrtok	Ovsená kaša s čokoládou a s čučoriedkami 1,6	100g	Zeleninový vývar s písmenkami 1 Morčacia guľka 3 Cuketová omáčka 7 Parená knedľa 1,3	200ml 1ks 90g 80g	Klobučnícky rohlík z pekárne Križák 1,7 Nátierka z batátu 1 Hruška	75g 50g	
Piatok	Kváskový chlieb z pekárne Križák 1 Bryndzová nátierka 7 Paprika	75g 50g	Gulášová polievka Z Hrachový prívarok s batátom Vajičko 3	200ml 185g 1/2ks	Kakaový koláč so strúhaným jablčkom 1,3	75g	

Varíme podľa receptúr zostavených výživovým poradcom projektu ČJZD

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Adam Harík www.zdravydom.menu **Od 31.10. do 4.11.2022 NO MILK NO GLUTEN**

Nápoj týždňa: Čaj BIOMILA	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
Pondelok			prázdniny				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			S V I A T O K				
Streda	Tmavý bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Nátierka z pečeného baklažánu Paradajka	75g 50g	Cviklový krém Hovädzie pásiky na šľave Ryža s pohánkou a hráškom	200ml 100g 100g	Vanilkový puding z kokosového mlieka Mramorové kocky 3	100g 10g	
Štvrtok	Pohánková kaša s čokoládou a s čučoriedkami 6	100g	Zeleninový vývar s písmenkami 1 Morčacia guľka 3 Cuketová omáčka Parená knedľa 3	200ml 1ks 90g 80g	Tmavý bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Nátierka z batátu Hruška	75g 50g	
Piatok	Tmavý bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Drožďová nátierka Paprika	75g 50g	Gulášová polievka Z Hrachový prívarok s batátom Vajíčko 3	200ml 185g 1/2ks	Kakaový koláč so strúhaným jablčkom 3	75g	

Varíme podľa receptúr zostavených výživovým poradcom projektu ČJZD

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Adam Harík www.zdravydom.menu **Od 31.10. do 4.11.2022 VEGE**

Nápoj týždňa: Čaj BIOMILA	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
Pondelok			prázdniny				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			S V I A T O K				
Streda	Kváskový chlieb z pekárne Kváskové 1 Maslo 7 Paradajka	75g 50g	Cviklový krém Tofu kocky na smotane 7 Ryža s pohánkou a hráškom	200ml 100g 100g	Vanilkový puding z kokosového mlieka Mramorové kocky 1,3	100g 10g	
Štvrtok	Ovsená kaša s čokoládou a s čučoriedkami 1,6	100g	Zeleninový vývar s písmenkami 1 Hokaido guľka 3 Cuketová omáčka 7 Parená knedľa 1,3	200ml 1ks 90g 80g	Klobučnícky rohlík z pekárne Křížák 1,7 Nátierka z batátu 1 Hruška	75g 50g	
Piatok	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Bryndzová nátierka 7 Paprika	75g 50g	Gulášová vege polievka 6,Z Hrachový prívarok s batátom Vajíčko 3	200ml 185g 1/2ks	Kakaový koláč so strúhaným jablčkom 1,3	75g	