

Varíme podľa receptúr zostavených výživovým poradcom projektu ČJZD



Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Adam Harík www.zdravydom.menu **Od 24.4. do 28.4.2023 KLASIK – 17. kalendárny týždeň**

Nápoj týždňa: Čaj	DESIATA	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY	
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
Pondelok 24.4.	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Šampiňónová nátierka Paprika	75g 50g	Mrkvovo-batátová polievka číra s haluškami 1,3 Syrová omáčka s kukuricou 7 Farfalle 1	200ml 100g 110g	Čokoládový puding 6,K Kakaová piškóta 1,3,6,K	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 lepku, mlieka, orechov.
Utorok 25.4.	Pšenovú kašu s jablkom a so škoricou	100g	Špenátovo-brokoliový krém Morčacia guľka 3 Zemiakový prívarok 7	200ml 1ks 150g	Klobučnícky rohlík z pekárne Křížák 1,7 Maslo 7 Hrozno	70g 50g	
Streda 26.4.	Kváskový chlieb z pekárne Kváskové 1 Cuketová nátierka 7 Jablko	75g 50g	Polievka z červenej šošovice a mrkvy Tefací stroganov 7 Tarhoňa 1	200ml 100g 100g	Citrónovo-kokosový koláč 1,3	75g	
Štvrtok 27.4.	Ovsená kaša 1 Banán	100g 50g	Zeleninová polievka so zemiakmi Hydinový segedín 7 Chlebová knedľa 1,3	200ml 100g 100g	Rohlík z pekárne Křížák 1 Avokádová nátierka 7 Paradajka	75g 50g	
Piatok 28.4.	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Bryndzová nátierka s cibuľkou 7 Uhorka	75g 50g	Hovädzí vývar so stonkovým zelerom a hráškom 9 Zeleninové soté v tekvicovom kréme Basmati ryža Broskyňový kompót	200ml 90g 90g 25g	Cviklový brownie 1,3,6,7,K	75g	

Varíme podľa receptúr zostavených výživovým poradcom projektu ČJZD

Prípravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Adam Harík www.zdravydom.menu **Od 24.4. do 28.4.2023 NO MILK NO GLUTEN – 17. kalendárny týždeň**

Nápoj týždňa: Čaj	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
Pondelok 24.4.	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Šampiňónová nátierka Paprika	75g 50g	Mrkvovo-batátová polievka číra s pohánkovými haluškami 3 Kokosová omáčka s kukuricou Kukurličné cestoviny	200ml 100g 110g	Čokoládový puding 6,K Kakaový keksík 3,6,K	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 lepku, mlieka, orechov.
Utorok 25.4.	Pšenovú kašu s jablkom a so škoricou	100g	Špenátovo-brokolícový krém Morčacia guľka 3 Zemiakový prívarok	200ml 1ks 150g	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Paradajková nátierka Hrozno	70g 50g	
Streda 26.4.	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Cuketová nátierka Jablko	75g 50g	Polievka z červenej šošovice a mrkvy Tefací stroganov Kukurličná ryža	200ml 100g 100g	Citrónovo-kokosový koláč 3	75g	
Štvrtok 27.4.	Ovsená kaša bezlepková Banán	100g 50g	Zeleninová polievka so zemiakmi Hydinový segedín Chlebová knedľa 3	200ml 100g 100g	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Avokádová nátierka Paradajka	75g 50g	
Piatok 28.4.	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Mrkvová nátierka Uhorka	75g 50g	Hovädzí vývar so stonkovým zelerom a hráškom 9 Zeleninové soté v tekvicovom kréme Basmati ryža Broskyňový kompót	200ml 90g 90g 25g	Cviklový brownie 3,6,K	75g	

Varíme podľa receptúr zostavených výživovým poradcom projektu ČJZD

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Adam Harík www.zdravydom.menu **Od 24.4. do 28.4.2023 VEGE – 17. kalendárny týždeň**

Nápoj týždňa: Čaj	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
Pondelok 24.4.	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Šampiňónová nátierka Paprika	75g 50g	Mrkvovo-batátová polievka číra s haluškami 1,3 Syravá omáčka s kukuricou 7 Farfalle 1	200ml 100g 110g	Čokoládový puding 6,K Kakaová piškóta 1,3,6,K	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 lepku, mlieka, orechov.
Utorok 25.4.	Pšenovú kašu s jablkom a so škoricou	100g	Špenátovo-brokolícový krém Zeleninová guľka 3 Zemiakový prívarok 7	200ml 1ks 150g	Klobučnícky rohlík z pekárne Křížák 1,7 Maslo 7 Hrozno	70g 50g	
Streda 26.4.	Kváskový chlieb z pekárne Kváskové 1 Cuketová nátierka 7 Jablko	75g 50g	Polievka z červenej šošovice a mrkvy Vege stroganov 6,7 Tarhoňa 1	200ml 100g 100g	Citronovo-kokosový koláč 1,3	75g	
Štvrtok 27.4.	Ovsená kaša 1 Banán	100g 50g	Zeleninová polievka so zemiakmi Z Tempeh segedín 6,7 Chlebová knedľa 1,3	200ml 100g 100g	Rohlík z pekárne Křížák 1 Avokádová nátierka 7 Paradajka	75g 50g	
Piatok 28.4.	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Bryndzová nátierka s cibuľkou 7 Uhorka	75g 50g	Zeleninová polievka so stonkovým zelerom a hráškom 9 Zeleninové soté v tekvicovom kréme Basmati ryža Broskyňový kompót	200ml 90g 90g 25g	Cviklový brownie 1,3,6,7,K	75g	