

Varíme podľa receptúr zostavených výživovým poradcom projektu ČJZD



Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Adam Harík www.zdravydom.menu **Od 2.5. do 5.5.2023 KLASIK – 18. kalendárny týždeň**

Nápoj týždňa: Čaj	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
Pondelok 1.5.			S V I A T O K				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 2.5.	Ryžová kaša s džemom z lesného ovocia	100g 20g	Cuketový krém Z Cícerový guláš 9 Kolienka 1	200ml 100g 110g	Klobučnícky rohlík z pekárne Křížák 1,7 Maslo 7 Jablko zelené	70g 50g	
Streda 3.5.	Kváskový chlieb z pekárne Kváskové 1 Zeleninová nátierka Paprika	75g 50g	Hráškový krém s mäťou Hovädzie mäsko v paradajkovej omáčke Varené zemiaky	200ml 100g 100g	Kakaovo-tvarohový koláč s jablkami 1,3,6,7,K	75g	
Štvrtok 4.5.	Ovsená kaša s kúskami banánu a čokoládou 1,6,K	100g	Brokolicová polievka s kukuričnou ryžou Kapustové strapačky 1,3	200ml 210g	Rohlík z pekárne Křížák 1 Tuniaková nátierka 4,7 Hrozno	75g 50g	
Piatok 5.5.	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Bylinková lučina 7 Uhorka	75g 50g	Morčací vývar s niťovkami 1 Tekvicový prívarok 7 Pečené zemiaky Vajíčko 3	200ml 100g 90g 1/2ks	Čučoriedková bublanina s mrveničkou 1,3,7	75g	

Varíme podľa receptúr zostavených výživovým poradcom projektu ČJZD

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Adam Harík www.zdravydom.menu **Od 2.5. do 5.5.2023 NO MILK NO GLUTEN – 18. kalendárny týždeň**

Nápoj týždňa: Čaj	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu			Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	
Pondelok 1.5.			S V I A T O K				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 2.5.	Ryžová kaša s džemom z lesného ovocia	100g 20g	Cuketový krém Z Cícerový guláš 9 Kukurličné kolienka	200ml 100g 110g	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Droždová nátierka 3 Jablko zelené	70g 50g	
Streda 3.5.	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Zeleninová nátierka Paprika	75g 50g	Hraškový krém s mäťou Hovädzie mäsko v paradajkovej omáčke Varené zemiaky	200ml 100g 100g	Pohánkový kakaový koláč s jablkami 3,6,K	75g	
Štvrtok 4.5.	Ovsená kaša bezlepková s kúskami banánu a čokoládou 6,K	100g	Brokolicová polievka s kukuričnou ryžou Kapustové bezlepkové strapačky 3	200ml 210g	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Tuniaková nátierka 4 Hrozno	75g 50g	
Piatok 5.5.	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Bylinková nátierka Uhorka	75g 50g	Morčací vývar s ryžovými niťovkami Tekvicový prívarok Pečené zemiaky Vajíčko 3	200ml 100g 90g 1/2ks	Čučoriedkový koláč 3	75g	

Varíme podľa receptúr zostavených výživovým poradcom projektu ČJZD

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Adam Harík www.zdravydom.menu **Od 2.5. do 5.5.2023 VEGE – 18. kalendárny týždeň**

Nápoj týždňa: Čaj	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu			Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	
Pondelok 1.5.			S V I A T O K				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 2.5.	Ryžová kaša s džemom z lesného ovocia	100g 20g	Cuketový krém Z Cícerový guláš 9 Kolienka 1	200ml 100g 110g	Klobučnícky rohlík z pekárne Křížák 1,7 Maslo 7 Jablko zelené	70g 50g	
Streda 3.5.	Kváskový chlieb z pekárne Kváskové 1 Zeleninová nátierka Paprika	75g 50g	Hráškový krém s mäťou Dusené šampiňóny s paradajkami Zapečené zemiaky 7	200ml 100g 100g	Kakaovo-tvarohový koláč s jablkami 1,3,6,7,K	75g	
Štvrtok 4.5.	Ovsená kaša s kúskami banánu a čokoládou 1,6,K	100g	Brokolicová polievka s kukuričnou ryžou Kapustové strapačky 1,3	200ml 210g	Rohlík z pekárne Křížák 1 Baklažánová nátierka 7 Hrozno	75g 50g	
Piatok 5.5.	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Bylinková lučina 7 Uhorka	75g 50g	Zeleninový vývar s niťovkami 1 Tekvicový prívarok 7 Pečené zemiaky Vajíčko 3	200ml 100g 90g 1/2ks	Čučoriedková bublanina s mrveničkou 1,3,7	75g	