

Varíme podľa receptúr zostavených výživovým poradcom projektu ČJZD



Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Adam Harík www.zdravydom.menu **Od 22.5. do 26.5.2023 KLASIK – 21. kalendárny týždeň**

Nápoj týždňa: Čaj	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
Pondelok 22.5.	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Mrkvová nátierka 3 Jablko	75g 50g	Cícerový krém Z s bylinkovými krutónmi 1 Batátový granadír 1,Z Kvasená uhorka	200ml 185g 25g	Jablkovo-mrkvová výživa Datlový keksík 1,3,7	100g 1ks	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 lepy, mlieka, orechov.
Utorok 23.5.	Pšenová maková kaša	100g	Hustá zeleninová polievka Hovädzia guľka 3 Zemiakové pyrė Z Broskyňový kompót	200ml 1ks 120g 25g	Klobučnícky rohlík z pekárne Křížák 1,7 Maslová pena 7 Strúhaná mrkva	75g 50g	
Streda 24.5.	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Šmirkas 7 Uhorka	75g 50g	Kelový krém Z Kuracie na smotane so žltou paprikou Ryža s pohánkou	200ml 100g 100g	Palacinka 1,3,7 so slivkovou polevou	1ks 20g	
Štvrtok 25.5.	Ovsená kaša s kokosovým mliekom 1	100g	Hrášková polievka so zemiakom Z Tekvicová omáčka Špaldové halušky 1,3 Ľadový šalát	200ml 100g 90g 25g	Rohlík z pekárne Křížák 1 Vajíčková nátierka 3,7,10 Paprika	75g 50g	
Piatok 26.5.	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Nátierka zo sušených paradajek 7 Hrozno	75g 50g	Kurací vývar s mrveničkou 1,3 Fussili 1 s brokolicou a pečenou cuketou Syr 7	200ml 200g 10g	Ryžový koláč so strúhaným jablkom 3,7	75g	

Varíme podľa receptúr zostavených výživovým poradcom projektu ČJZD

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Adam Harík www.zdravydom.menu **Od 22.5. do 26.5.2023 NO MILK NO GLUTEN– 21. kalendárny týždeň**

Nápoj týždňa: Čaj	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu			Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	
Pondelok 22.5.	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Mrkvová nátierka 3 Jablko	75g 50g	Cícerový krém Z s bylínkovými bezlepkovými krutónmi Batátový granadír Z Kvasená uhorka	200ml 185g 25g	Jablkovo-mrkvová výživa Datlový keksík 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 23.5.	Pšenová maková kaša	100g	Hustá zeleninová polievka Hovädzia guľka 3 Zemiakové pyrė Z Broskyňový kompót	200ml 1ks 120g 25g	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Cuketová nátierka Strúhaná mrkva	75g 50g	
Streda 24.5.	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Šampiňónová nátierka Uhorka	75g 50g	Kelový krém Z Kuracie na smotane so žltou paprikou Ryža s pohánkou	200ml 100g 100g	Pohánková palacinka 3 so slivkovou polevou	1ks 20g	
Štvrtok 25.5.	Ovsená kaša bezlepková s kokosovým mliekom	100g	Hrášková polievka so zemiakom Z Tekvicová omáčka Bezlepkové halušky 3 Ľadový šalát	200ml 100g 90g 25g	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Vajíčková nátierka 3,10 Paprika	75g 50g	
Piatok 26.5.	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Nátierka zo sušených paradajok Hrozno	75g 50g	Kurací vývar s ryžovými rezancami Kukurličné fussili s brokolicou a pečenou cuketou	200ml 210g	Ryžový koláč so strúhaným jablkom 3	75g	

Varíme podľa receptúr zostavených výživovým poradcom projektu ČJZD

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Adam Harík www.zdravydom.menu **Od 22.5. do 26.5.2023 VEGE – 21. kalendárny týždeň**

Nápoj týždňa: Čaj	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu		Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
Pondelok 22.5.	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Mrkvová nátierka 3 Jablko	75g 50g	Cícerový krém Z s bylinkovými krutónmi 1 Batátový granadír 1,Z Kvasená uhorka	200ml 185g 25g	Jablkovo-mrkvová výživa Datlový keksík 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. Pokrmý môžu obsahovať stopy lepky, mlieka, orechov.
Utorok 23.5.	Pšenová maková kaša	100g	Hustá zeleninová polievka Karfiolová guľka s bylinkami 3 Zemiakové pyrė Z Broskyňový kompót	200ml 1ks 120g 25g	Klobučnícky rohlík z pekárne Křížák 1,7 Maslová pena 7 Strúhaná mrkva	75g 50g	
Streda 24.5.	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Šmirkas 7 Uhorka	75g 50g	Kelový krém Z Tofu na smotane so žltou paprikou 6 Ryža s pohánkou	200ml 100g 100g	Palacinka 1,3,7 so slivkovou polevou	1ks 20g	
Štvrtok 25.5.	Ovsená kaša s kokosovým mliekom 1	100g	Hrášková polievka so zemiakom Z Tekvicová omáčka Špaldové halušky 1,3 Ľadový šalát	200ml 100g 90g 25g	Rohlík z pekárne Křížák 1 Vajčková nátierka 3,7,10 Paprika	75g 50g	
Piatok 26.5.	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Nátierka zo sušených paradajek 7 Hrozno	75g 50g	Zeleninový vývar s mrveničkou 1,3 Fussili 1 s brokolicou a pečenou cuketou Syr 7	200ml 200g 10g	Ryžový koláč so strúhaným jablkom 3,7	75g	