

Varíme podľa receptúr zostavených výživovým poradcom projektu ČJZD



Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Adam Harík [www.zdravydom.menu](http://www.zdravydom.menu) **Od 12.6. do 16.6.2023 KLASIK – 24. kalendárny týždeň**

Nápoj týždňa: Čaj	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
<b>Pondelok</b> 12.6.	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Cviklová nátierka 7 Jablko	75g  50g	Batátovo-karfiolová polievka Detské šošovicové ragú Kolienka 1	200ml 100g 110g	Jahodový puding z kokosového mlieka Kukurličné lupienky	100g 10g	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 <b>POZNÁMKA:</b> 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 lepky, mlieka, orechov.
<b>Utorok</b> 13.6.	Krupicová kaša 1 s čokoládou 6,K	100g	Mrkvová polievka s krúpkami 1 Morčacie mäso z kukuricou Nové zemiaky	200ml 100g 100g	Klobučnícky rohlík z pekárne Křížák 1,7 Maslo 7 Paprika Pažitka	70g  50g	
<b>Streda</b> 14.6.	Slnecnicový chlieb 1 Cícerová nátierka 11 Broskyňa	75g  50g	Krém z pečeného cesnaku 9,Z Paradajkové rizoto s hovädzím mäsom Zelený šalát	200ml 90g 90g 25g	Čokoládovo-banánový muffin 1,3,6,7,K	1ks	
<b>Štvrtok</b> 15.6.	Ovsená kaša 1 so strúhaným jablkom a škoricou	100g	Zemiaková polievka s hráškom Z Morčacie v kôprovej omáčke 7 Domáca chlebová knedľa 1,3	200ml 100g 100g	Rohlík z pekárne Křížák 1 Nátierka z pečenej tresky 4,7 Paradajka	75g  50g	
<b>Piatok</b> 16.6.	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Nátierka z červenej papriky 7 Hruška	75g  50g	Hovädzí vývar s písmenkami 1 Cuketová placka 1,3,Z Šťuchané batáty so zemiakmi Z Kalerábovo-zelerový šalát 7,9	200ml 1ks 150g 25g	Makový koláč s ríbezľami 1,3	75g	

Varíme podľa receptúr zostavených výživovým poradcom projektu ČJZD

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Adam Harík www.zdravydom.menu **Od 12.6. do 16.6.2023 NO MILK NO GLUTEN – 24. kalendárny týždeň**

Nápoj týždňa: Čaj	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
<b>Pondelok</b> 12.6.	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Cviklová nátierka Jablko	75g  50g	Batátovo-karfiolová polievka Detské šošovicové ragú Kukurličné kolienka	200ml 100g 110g	Jahodový puding z kokosového mlieka Kukurličné lupienky	100g 10g	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 <b>POZNÁMKA:</b> 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.
<b>Utorok</b> 13.6.	Ryžová krupica s čokoládou 6,K	100g	Mrkvová polievka s ryžou Morčacie mäso s kukuricou Nové zemiaky	200ml 100g 100g	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Karfiolová nátierka s droždím Paprika Pažítka	70g  50g	
<b>Streda</b> 14.6.	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Cícerová nátierka 11 Broskyňa	75g  50g	Krém z pečeného cesnaku 9,Z Paradajkové rizoto s hovädzím mäsom Zelený šalát	200ml 90g 90g 25g	Čokoládovo-banánový muffin 3,6,K	1ks	
<b>Štvrtok</b> 15.6.	Ovsená kaša bezlepková so strúhaným jablkom a škoricou	100g	Zemiaková polievka s hráškom Z Morčacie v kôprovej omáčke Domáca chlebová knedľa 3	200ml 100g 100g	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Nátierka z pečenej tresky 4 Paradajka	75g  50g	
<b>Piatok</b> 16.6.	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Nátierka z červenej papriky Hruška	75g  50g	Hovädzí vývar s ryžovými niťovkami Cuketová placka 3,Z Šťuchané batáty so zemiakmi Z Kalerábovo-zelerový šalát 9	200ml 1ks 150g 25g	Makový koláč s ríbezľami 3	75g	

Varíme podľa receptúr zostavených výživovým poradcom projektu ČJZD

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Adam Harík [www.zdravydom.menu](http://www.zdravydom.menu) **Od 12.6. do 16.6.2023 VEGE – 24. kalendárny týždeň**

Nápoj týždňa: Čaj	DESIATA	HM	OBED	HM	OLOVRANT	HM	ALERGÉNY
	Názov pokrmu		Názov pokrmu		Názov pokrmu		
<b>Pondelok</b> 12.6.	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Cviklová nátierka 7 Jablko	75g 50g	Batátovo-karfiolová polievka Detské šošovicové ragú Kolienka 1	200ml 100g 110g	Jahodový puding z kokosového mlieka Kukurličné lupienky	100g 10g	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 <b>POZNÁMKA:</b> 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.
<b>Utorok</b> 13.6.	Krupicová kaša 1 s čokoládou 6,K	100g	Mrkvová polievka s krúpkami 1 Zeleninové soté Nové zemiaky	200ml 100g 100g	Klobučnícky rohlík z pekárne Křížák 1,7 Maslo 7 Paprika Pažitka	70g 50g	
<b>Streda</b> 14.6.	Snečnicový chlieb 1 Cícerová nátierka 11 Broskyňa	75g 50g	Krém z pečeného cesnaku 9,Z Paradajkové rizoto Zelený šalát	200ml 90g 90g 25g	Čokoládovo-banánový muffin 1,3,6,7,K	1ks	
<b>Štvrtok</b> 15.6.	Ovsená kaša 1 so strúhaným jablkom a škoricou	100g	Zemiaková polievka s hráškom Z Tofu v kôprovej omáčke 6,7 Domáca chlebová knedľa 1,3	200ml 100g 100g	Rohlík z pekárne Křížák 1 Nátierka z pečenej tekvice 4,7 Paradajka	75g 50g	
<b>Piatok</b> 16.6.	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Nátierka z červenej papriky 7 Hruška	75g 50g	Zeleninový vývar s písmenkami 1 Cuketová placka 1,3,Z Šťuchané batáty so zemiakmi Z Kalerábovo-zelerový šalát 7,9	200ml 1ks 150g 25g	Makový koláč s ríbezľami 1,3	75g	