

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Tím Zdravý dom, www.zdravydom.menu **Od 11.3. do 15.3.2024 KLASIK - 11. kalendárny týždeň**

Čaj	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu		HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	
Pondelok 11.3.	Ovocné pyrė Čokoládový cookie 1,3,6,7	100g 1ks	Hrášková polievka so zemiakom Z Kolienka s hovädzím mäsom, so sušenými paradajkami a bazalkou 1	200ml 200g	Kváskový chlieb z pekárne Křižák 1 Nátierka žervé 7 Červené jablko	75g 50g	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. Pokrmy môžu obsahovať stopy lepky, mlieka, orechov.
Utorok 12.3.	Pšenová kaša s kúskami banánu	100g	Cviklový krém Kuracie na šťave s brokolicou Zemiakové pyrė 7 Hruškový kompót	200ml 90g 90g 25g	Rohlík z pekárne Křižák 1 Maslo 7 Strúhaná mrkva	70g 25g	
Streda 13.3.	Snečnicový chlieb z pekárne Křižák 1 Droždová nátierka s vajíčkom 3 Mandarinka	75g 50g	Špenátový krém Z s bylinkovými krutónmi 1 Tefacie pásiky na smotane 7 Ryža s pohánkou Miešaný šalát	200ml 90g 90g 25g	Jablkové pyté 1,3,7	75g	
Štvrtok 14.3.	Krupicová kaša 1 s čokoládovou polevou z kokosového mlieka 6,K	100g 20g	Jarná polievka Morčací perkelt Špaldové halušky 1,3	200ml 100g 100g	Rohlík z pekárne Křižák 1 Nátierka z červenej šošovice Hrozno	75g 50g	
Piatok 15.3.	Kváskový chlieb z pekárne Křižák 1 Hydinová nátierka s jarnou cibuľkou 7 Jablko zelené	75g 50g	Kurací vývar s niťovkami 1 Zemiakový prívarok s batátom 7,Z Vajíčko 3	200ml 185g 1/2ks	Banánový chlebík 1,3,7	75g	

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Tím Zdravý dom, www.zdravydom.menu **Od 11.3. do 15.3.2024 NO MILK NO GLUTEN- 11. kalendárny týždeň**

Čaj	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu		HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	
Pondelok 11.3.	Ovocné pyrė Čokoládový cookie 3,6	100g 1ks	Hrášková polievka so zemiakom Z Bezlepkové cestoviny s hovädzím mäsom, so sušenými paradajkami a bazalkou	200ml 200g	Bezlepkový chlieb zo Žitnoostrovej bezlepkovej pekárne Cuketová nátierka Červené jablko	75g    50g	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 12.3.	Pšenová kaša s kúskami banánu	100g	Cviklový krém Kuracie na šťave s brokolicou Zemiakové pyrė Hruškový kompót	200ml 90g 90g 25g	Bezlepkový chlieb zo Žitnoostrovej bezlepkovej pekárne Nátierka z pečenej tekvice Strúhaná mrkva	75g   25g	
Streda 13.3.	Bezlepkový chlieb zo Žitnoostrovej bezlepkovej pekárne Droždová nátierka s vajíčkom 3 Mandarinka	75g  50g	Špenátový krém Z s bylinkovými bezlepkovými krutónmi Tefacie pásiky na šťave Ryža s pohánkou Miešaný šalát	200ml 90g 90g 25g	Jablkový koláč 3	75g	
Štvrtok 14.3.	Ryžová krupica s čokoládovou polevou z kokosového mlieka 6,K	100g 20g	Jarná polievka Morčací perkelt Bezlepkové halušky 3	200ml 100g 100g	Bezlepkový chlieb zo Žitnoostrovej bezlepkovej pekárne Nátierka z červenej šošovice Hrozno	75g   50g	
Piatok 15.3.	Bezlepkový chlieb zo Žitnoostrovej bezlepkovej pekárne Hydinová nátierka s jarnou cibuľkou Jablko zelené	75g  50g	Kurací vývar s ryžovými niťovkami Zemiakový prívarok s batátom Z Vajíčko 3	200ml 185g 1/2ks	Banánový chlebík 3	75g	

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Tím Zdravý dom, www.zdravydom.menu **Od 11.3. do 15.3.2024 VEGE - 11. kalendárny týždeň**

Čaj	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu			Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	
Pondelok 11.3.	Ovocné pyré Čokoládový cookies 1,3,6,7	100g 1ks	Hrášková polievka so zemiakom Z Kolienka s grilovanou cuketou, so sušenými paradajkami a bazalkou 1 Syr 7	200ml 200g 10g	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Nátierka žervé 7 Červené jablko	75g 50g	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 12.3.	Pšenovú kašu s kúskami banánu	100g	Cviklový krém Tempeh s brokolicou 6 Zemiakové pyré 7 Hruškový kompót	200ml 90g 90g 25g	Rohlík z pekárne Křížák 1 Maslo 7 Strúhaná mrkva	70g 25g	
Streda 13.3.	Snečnicový chlieb z pekárne Křížák 1 Drožďová nátierka s vajítkom 3 Mandarinka	75g 50g	Špenátový krém Z s bylinkovými krutónmi 1 Grilovaná zelenina so smotanovou omáčkou 7 Ryža s pohánkou Miešaný šalát	200ml 90g 90g 25g	Jablkové pyté 1,3,7	75g	
Štvrtok 14.3.	Krupicová kaša 1 s čokoládovou polevou z kokosového mlieka 6,K	100g 20g	Jarná polievka Hlivový perkelt Špaldové halušky 1,3	200ml 100g 100g	Rohlík z pekárne Křížák 1 Nátierka z červenej šošovice Hrozno	75g 50g	
Piatok 15.3.	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Avokádová nátierka s jarnou cibuľkou 7 Jablko zelené	75g 50g	Zeleninový vývar s niťovkami 1 Zemiakový prívarok s batátom 7,Z Vajíčko 3	200ml 185g 1/2ks	Banánový chlebík 1,3,7	75g	