

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Tím Zdravý dom, www.zdravydom.menu **Od 15.4. do 19.4.2024 KLASIK - 16. kalendárny týždeň**

Čaj	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu			Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	
Pondelok 15.4.	Biely jogurt s čučoriedkami a jahodami 7 Pečené vložky 1	100g 10g	Jarná polievka Paradajková omáčka s bazalkou Špagety 1 Syr 7	200ml 100g 100g 10g	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Nátierka z červenej šošovice Jablko zelené	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 16.4.	Ovsená kaša so strúhaným jablkom a škoricou 1	100g	Detská vege kapustnica Hovädzie na šťave Šťuchané zemiaky s cibuľkou Z Paradajkový šalát	200ml 90g 90g 25g	Rohlík z pekárne Křížák 1 Maslo s pažitkou 7 Hrozno biele	70g 50g	
Streda 17.4.	Slniečnicový chlieb z pekárne Křížák 1 Lučina 7 Paradajka	75g 50g	Jemný karfiolový krém so zemiakom Z Morčacie rizoto s bulgurom, hráškom a žltou mrkvou 1 Uhorkový šalát s kôprom	200ml 185g 25g	Mafin s ríbezľami 1,3,7	1ks	
Štvrtok 18.4.	Ryžová krupica s marhuľovou polevou	100g 20g	Cuketový krém s kúskami brokolice Kurací paprikáš 7 Domáce halušky 1,3	200ml 100g 100g	Rohlík z pekárne Křížák 1 Drožďová nátierka s karfiolom a vajíčkom 3 Paprika	75g 50g	
Piatok 19.4.	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Nátierka z greendze s medvedím cesnakom 1 Jablko červené	75g 50g	Rybacia polievka na červeno 4 Tekvicová guľka 1,3,7 Šošovicový prívarok Z	200ml 1ks 160g	Perník 1,3,6,7,K	75g	

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Tím Zdravý dom, www.zdravydom.menu **Od 15.4. do 19.4.2024 NO MILK NO GLUTEN- 16. kalendárny týždeň**

Čaj	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu		HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	
Pondelok 15.4.	Smoothie s čučoriedkami a jahodami Pečené vločky bezlepkové	100g 10g	Jarná polievka Paradajková omáčka s bazalkou Kukurličné špagety	200ml 100g 110g	Bezlepkový chlieb zo Žitnoostrovej bezlepkovej pekárne Nátierka z červenej šošovice Jablko zelené	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. Pokrmu môžu obsahovať stopy lepky, mlieka, orechov.
Utorok 16.4.	Ovsená kaša bezlepková so strúhaným jablkom a škoricou	100g	Detská vege kapustnica Hovädzie na šťave Šťuchané zemiaky s cibuľkou Z Paradajkový šalát	200ml 90g 90g 25g	Bezlepkový chlieb zo Žitnoostrovej bezlepkovej pekárne Fazuľová nátierka Hrozno biele	75g 50g	
Streda 17.4.	Bezlepkový chlieb zo Žitnoostrovej bezlepkovej pekárne Tekvicová nátierka Paradajka	75g 50g	Jemný karfiolový krém so zemiakom Z Morčacie rizoto s hráškom a žltou mrkvou Uhorkový šalát s kôprom	200ml 185g 25g	Mafin s ríbezľami 3	1ks	
Štvrtok 18.4.	Ryžová krupica s marhuľovou polevou	100g 20g	Cuketový krém s kúskami brokolice Kurací paprikáš Domáce bezlepkové halušky 3	200ml 100g 100g	Bezlepkový chlieb zo Žitnoostrovej bezlepkovej pekárne Droždová nátierka s karfiolom 3 Paprika	75g 50g	
Piatok 19.4.	Bezlepkový chlieb zo Žitnoostrovej bezlepkovej pekárne Nátierka z greendze Jablko červené	75g 50g	Rybacia polievka na červeno 4 Tekvicová guľka 3 Šošovicový prívarok Z	200ml 1ks 160g	Perník 3,6,K	75g	

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Tím Zdravý dom, www.zdravydom.menu **Od 15.4. do 19.4.2024 VEGE - 16. kalendárny týždeň**

Čaj	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu		HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	
Pondelok 15.4.	Biely jogurt s čučoriedkami a jahodami 7 Pečené vločky 1	100g 10g	Jarná polievka Paradajková omáčka s bazalkou Špagety 1 Syr 7	200ml 100g 100g 10g	Kváskový chlieb z pekárne Križák 1 Nátierka z červenej šošovice Jablko zelené	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 16.4.	Ovsená kaša so strúhaným jablkom a škoricou 1	100g	Detská vege kapustnica Tofu na šťave s pečenou paprikou Šťuchané zemiaky s cibuľkou Z Paradajkový šalát	200ml 90g 90g 25g	Rohlík z pekárne Križák 1 Maslo s pažitkou 7 Hrozno biele	70g 50g	
Streda 17.4.	Snečnicový chlieb z pekárne Križák 1 Lučina 7 Paradajka	75g 50g	Jemný karfiolový krém so zemiakom Z Rizoto s bulgurom, hráškom a žltou mrkvou a marinovaným tempehom 1,6 Uhorkový šalát s kôprom	200ml 185g 25g	Mafin s ríbezľami 1,3,7	1ks	
Štvrtok 18.4.	Ryžová krupica s marhuľovou polevou	100g 20g	Cuketový krém s kúskami brokolice Zeleninový paprikáš 7 Domáce halušky 1,3	200ml 100g 100g	Rohlík z pekárne Križák 1 Drožďová nátierka s karfiolom a vajičkom 3 Paprika	75g 50g	
Piatok 19.4.	Kváskový chlieb z pekárne Križák 1 Nátierka z greendze s medvedím cesnakom 1 Jablko červené	75g 50g	Polievka na červeno so zeleninou 4 Tekvicová guľka 1,3,7 Šošovicový prívarok Z	200ml 1ks 160g	Perník 1,3,6,7,K	75g	