

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Tím Zdravý dom, www.zdravdom.menu **Od 13.5. do 17.5.2024 KLASIK - 20. kalendárny týždeň**

Čaj	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu		HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	
Pondelok 13.5.	Jogurt s lesným ovocím a vločkami 1,7	150g	Jarná polievka 9 Kolienka s tefacím mäsom a sušenou paradajkou 1	200ml 200g	Kváskový chlieb z pekárne Križák 1 Mrkvová nátierka s vajíčkom 3 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 14.5.	Ovsená kaša 1 s malinovým džemom	100g 20g	Minestrone 1,9 Morčacia fašírka 1,3 Varené zemiaky s petržlenovou vňaťou Uhorkový šalát so smotanou 7	200ml 1ks 130g 25g	Rohlík z pekárne Križák 1 Maslo so strúhaným syrom 7 Hrozno biele	75g 50g	
Streda 15.5.	Slniečnicový chlieb z pekárne Križák 1 Nátierka so žervé a so sušenou paprikou 7 Paradajka	75g 50g	Brokolicový krém s hráškom Kuracie kocky v ananásovo-kokosovej omáčke Ryža	200ml 100g 100g	Biskupský koláč 1,3,6,7,K	75g	
Štvrtok 16.5.	Krupicová kaša 1 s kakaom a kokosovým cukrom K	100g 20g	Zemiaková polievka s karfiolom a špargľou Hovädzie na šťave s mrkvou Špaldové halušky 1,3	200ml 100g 100g	Rohlík z pekárne Križák 1 Sardinková nátierka 4,7 Paprika	75g 50g	
Piatok 17.5.	Kváskový chlieb z pekárne Križák 1 Nátierka z greendze s petržlenovým pestom 1 Slivka	70g 50g	Šošovicová polievka s kokosovým mliekom Batátový granadír so zemiakom 1,Z Kvasená kapusta	200ml 185g 25g	Ryžový koláč 3,7 s marhuľovou polevou	75g 20g	

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Tím Zdravý dom, www.zdravydom.menu **Od 13.5. do 17.5.2024 NO MILK NO GLUTEN - 20. kalendárny týždeň**

Čaj	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu		HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	
Pondelok 13.5.	Smoothie z lesným ovocím	2 dcl	Jarná polievka 9 Bezlepkové cestoviny s teľacím mäsom a sušenou paradajkou	200ml 200g	Bezlepkový chlieb zo Žitnoostrovej bezlepkovej pekárne Mrkvová nátierka s vajíčkom 3 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 14.5.	Ovsená kaša bezlepková s malinovým džemom	100g 20g	Minestrone 9 s bezlepkovou cestovinou Morčacia fašírka 3 Varené zemiaky s petržlenovou vňaťou Uhorkový šalát	200ml 1ks 130g 25g	Bezlepkový chlieb zo Žitnoostrovej bezlepkovej pekárne Karfiolová nátierka s droždím Hrozno biele	75g 50g	
Streda 15.5.	Bezlepkový chlieb zo Žitnoostrovej bezlepkovej pekárne Nátierka zo sušenej paradajky Paradajka	75g 50g	Brokolicový krém s hráškom Kuracie kocky v ananásovo-kokosovej omáčke Ryža	200ml 100g 100g	Biskupský koláč 3,6,K	75g	
Štvrtok 16.5.	Ryžová krupica s kakaom a kokosovým cukrom K	100g 20g	Zemiaková polievka s karfiolom a špargľou Hovädzie na šťave s mrkvou Bezlepkové halušky 3	200ml 100g 100g	Bezlepkový chlieb zo Žitnoostrovej bezlepkovej pekárne Sardinková nátierka 4 Paprika	75g 50g	
Piatok 17.5.	Bezlepkový chlieb zo Žitnoostrovej bezlepkovej pekárne Kalerábová nátierka s petržlenovým pestom Slivka	70g 50g	Šošovicová polievka s kokosovým mliekom Batátový granadír so zemiakom Z Kvasená kapusta	200ml 185g 25g	Ryžový koláč 3 s marhuľovou polevou	75g 20g	

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Tím Zdravý dom, www.zdravydom.menu **Od 13.5. do 17.5.2024 VEGE - 20. kalendárny týždeň**

Čaj	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu		HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	
Pondelok 13.5.	Jogurt s lesným ovocím a vločkami 1,7	150g	Jarná polievka 9 Kolienka s tofu a sušenou paradajkou 1,6	200ml 200g	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Mrkvová nátierka s vajíčkom 3 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 lepy, mlieka, orechov.
Utorok 14.5.	Ovsená kaša 1 s malinovým džemom	100g 20g	Minestrone 1,9 Fašírka z brokolice 1,3 Varené zemiaky s petržlenovou vňaťou Uhorkový šalát so smotanou 7	200ml 1ks 130g 25g	Rohlík z pekárne Křížák 1 Maslo so strúhaným syrom 7 Hrozno biele	75g 50g	
Streda 15.5.	Snečnicový chlieb z pekárne Křížák 1 Nátierka so žervé a so sušenou paprikou 7 Paradajka	75g 50g	Brokolicový krém s hráškom Zelenina v ananásovo-kokosovej omáčke Ryža	200ml 100g 100g	Biskupský koláč 1,3,6,7,K	75g	
Štvrtok 16.5.	Krupicová kaša 1 s kakaom a kokosovým cukrom K	100g 20g	Zemiaková polievka s karfiolom a špargľou Fazuľový guláš s mrkvou Špaldové halušky 1,3	200ml 100g 100g	Rohlík z pekárne Křížák 1 Baklažánová nátierka Paprika	75g 50g	
Piatok 17.5.	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Nátierka z greendze s petržlenovým pestom 1 Slivka	70g 50g	Šošovicová polievka s kokosovým mliekom Batátový granadír so zemiakom 1,Z Kvasená kapusta	200ml 185g 25g	Ryžový koláč 3,7 s marhuľovou polevou	75g 20g	