

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Tím Zdravý dom, www.zdravydom.menu **Od 20.5. do 24.5.2024 KLASIK - 21. kalendárny týždeň**

Čaj	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
Pondelok 20.5.	Vanilkový puding z kokosového mlieka Varené jahody	100g 20g	Hustá zeleninová polievka 9,Z Krémová tekvicová omáčka Fusilli 1 Syr 7	200ml 100g 100g 10g	Kváskový chlieb z pekárne Križák 1 Cviklový hummus 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. Pokrmu môžu obsahovať stopy lepky, mlieka, orechov.
Utorok 21.5.	Ovsená kaša 1 so škorickou a kúskami banánu	100g	Špenátový krém s bylinkovými krutónmi 1 Hovädzí guláš Varené zemiaky s petržlenovou vňaťou	200ml 100g 100g	Rohlík z pekárne Križák 1 Maslo 7 Paradajka	70g 50g	
Streda 22.5.	Slničnicový chlieb z pekárne Križák 1 Jarná nátierka 3,7,10 Melón žltý	75g 50g	Karfiolová polievka s hráškom a haluškami 1,3 Kuracie mäsko s kockami mrkvy Slovenská ryža 1 Paradajkový šalát	200ml 90g 90g 25g	Jablkové pyté 1,3,7	75g	
Štvrtok 23.5.	Pšenovú kašu s kokosom	100g	Paradajková polievka s bielou fazuľou Morčacie na smotane so žltou paprikou 7 Domáca chlebová knedľa 1,3	200ml 100g 100g	Rohlík z pekárne Križák 1 Šampiňónová nátierka Paprika	75g 50g	
Piatok 24.5.	Kváskový chlieb z pekárne Križák 1 Tofu nátierka 6,7 Hrozno	75g 50g	Kurací vývar s mäsom a zeleninou 9 Detské šošovicové ragú Ryža Zelený šalát	200ml 90g 90g 25g	Brioška 1,3,7 s malinovým maslom	1ks 20g	

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Tím Zdravý dom, www.zdravydom.menu **Od 20.5. do 24.5.2024 NO MILK NO GLUTEN- 21. kalendárny týždeň**

Čaj	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu			Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	
Pondelok 20.5.	Vanilkový puding z kokosového mlieka Varené jahody	100g 20g	Hustá zeleninová polievka 9,Z Krémová tekvicová omáčka Kukurličné cestoviny	200ml 100g 110g	Bezlepkový chlieb zo Žitnoostrovej bezlepkovej pekárne Cviklový hummus 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 21.5.	Ovsená kaša bezlepková so škoricou a kúskami banánu	100g	Špenátový krém s bylinkovými bezlepkovými krutónmi Hovädzí guláš Varené zemiaky s petržlenovou vňaťou	200ml 100g 100g	Bezlepkový chlieb zo Žitnoostrovej bezlepkovej pekárne Avokádová nátierka Paradajka	75g 50g	
Streda 22.5.	Bezlepkový chlieb zo Žitnoostrovej bezlepkovej pekárne Jarná nátierka 3,10 Melón žltý	75g 50g	Karfiolová polievka s hráškom a haluškami 1,3 Kuracie mäsko s kockami mrkvy Basmati ryža Paradajkový šalát	200ml 90g 90g 25g	Koláč so strúhaným jablkom 3	75g	
Štvrtok 23.5.	Pšenovú kašu s kokosom	100g	Paradajková polievka s bielou fazuľou Morčacie na štave so žltou paprikou Domáca chlebová bezlepková knedľa 3	200ml 100g 100g	Bezlepkový chlieb zo Žitnoostrovej bezlepkovej pekárne Šampiňónová nátierka Paprika	75g 50g	
Piatok 24.5.	Bezlepkový chlieb zo Žitnoostrovej bezlepkovej pekárne Tofu nátierka 6 Hrozno	75g 50g	Kurací vývar s mäskom a zeleninou 9 Detské šošovicové ragú Ryža Zelený šalát	200ml 90g 90g 25g	Malinový koláč 3	75g	

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Tím Zdravý dom, www.zdravydom.menu **Od 20.5. do 24.5.2024 VEGE - 21. kalendárny týždeň**

Čaj	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu		HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	
Pondelok 20.5.	Vanilkový puding z kokosového mlieka Varené jahody	100g 20g	Hustá zeleninová polievka 9,Z Krémová tekvicová omáčka Fusilli 1 Syr 7	200ml 100g 100g 10g	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Cviklový hummus 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 lepy, mlieka, orechov.
Utorok 21.5.	Ovsená kaša 1 so škorickou a kúskami banánu	100g	Špenátový krém s bylinkovými krutónmi 1 Guláš z fazuľových luskov Varené zemiaky s petržlenovou vňaťou	200ml 100g 100g	Rohlík z pekárne Křížák 1 Maslo 7 Paradajka	70g 50g	
Streda 22.5.	Snečnicový chlieb z pekárne Křížák 1 Jarná nátierka 3,7,10 Melón žltý	75g 50g	Karfiolová polievka s hráškom a haluškami 1,3 Tofu s kockami mrkvy 6 Slovenská ryža 1 Paradajkový šalát	200ml 90g 90g 25g	Jablkové pyté 1,3,7	75g	
Štvrtok 23.5.	Pšenovú kašu s kokosom	100g	Paradajková polievka s bielou fazuľou Tempeh na smotane so žltou paprikou 6,7 Domáca chlebová knedľa 1,3	200ml 100g 100g	Rohlík z pekárne Křížák 1 Šampiňónová nátierka Paprika	75g 50g	
Piatok 24.5.	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Tofu nátierka 6,7 Hrozno	75g 50g	Zeleninová polievka 9 Detské šošovicové ragú Ryža Zelený šalát	200ml 90g 90g 25g	Brioška 1,3,7 s malinovým maslom	1ks 20g	