

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Tím Zdravý dom, www.zdravydom.menu Od 8.7. do 12.7.2024 KLASIK - 28. kalendárny týždeň

Čaj	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu		HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	
Pondelok 8.7.	Jahodovo-kokosová výživa Kukuričné lupienky	100g 10g	Batátový krém s kukuricou Smotanová omáčka 7 Penne 1 Bylinky	200ml 100g 110g	Kváskový chlieb z pekárne Križák 1 Nátierka z červenej šošovice Paprika	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 9.7.	Ovsená kaša s kokosom a banánom 1	100g	Polievka zo žltého hrachu Teľacie fašírky 1,3 Zemiakovo-petržlenové pyré Z Broskyňový kompót	200ml 1ks 130g 25g	Rohlík z pekárne Križák 1 Maslo so strúhaným syrom 7 Hrozno	75g 50g	
Streda 10.7.	Slniečnicový chlieb z pekárne Križák 1 Tvarohová nátierka s kockami z farebnej papriky 7 Uhorka	75g 50g	Špenátová polievka s bylinovými krutónmi 1 Hovädzie bolognese 9 Špagety 1 Syr 7	200ml 90g 100g 10g	Citrónovo-kokosový koláč 1,3	75g	
Štvrtok 11.7.	Krupicová kaša 1 s čokoládovou polevou 6,K	100g 20g	Hrášková polievka so zemiakom Z Morčací segedín 7 Domáca parená knedľa 1,3	200ml 120g 80g	Rohlík z pekárne Križák 1 Tuniaková nátierka 4,7 Paradajka Mladá cibuľka	75g 50g	
Piatok 12.7.	Kváskový chlieb z pekárne Križák 1 Lučina s pažítkou 7 Jablko	75g 50g	Gulášová polievka s hovädzím mäsom Z Šošovicový prívarok so zemiakom Z Vajíčko 3	200ml 185g 1/2ks	Ryžový náky 3,7 s jablkovým kompótom	75g 25g	

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Tím Zdravý dom, www.zdravydom.menu Od 8.7. do 12.7.2024 NO MILK NO GLUTEN - 28. kalendárny týždeň

Čaj	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu		HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	
Pondelok 8.7.	Jahodovo-kokosová výživa Kukuričné lupienky	100g 10g	Batátový krém s kukuricou Karfiolová omáčka s kokosovou smotanou Kukuričné cestoviny Bylinky	200ml 100g 110g	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Nátierka z červenej šošovice Paprika	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 9.7.	Ovsená kaša bezlepková s kokosom a banánom	100g	Polievka zo žltého hrachu Teľacie fašírky 3 Zemiakovo-petržlenové pyré Z Broskyňový kompót	200ml 1ks 130g 25g	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Nátierka zo sušenej paradajky Hrozno	75g 50g	
Streda 10.7.	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Nátierka z pečenej papriky Uhorka	75g 50g	Špenátová polievka s bylinovými bezlepkovými krutónmi Hovädzie bolognese 9 Kukuričné špagety	200ml 100g 100g	Citrónovo-kokosový koláč 3	75g	
Štvrtok 11.7.	Ryžová krupica s čokoládovou polevou 6,K	100g 20g	Hrášková polievka so zemiakom Z Morčací segedín Domáca bezlepková knedľa 3	200ml 120g 80g	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Tuniaková nátierka 4 Paradajka Mladá cibuľka	75g 50g	
Piatok 12.7.	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Tofu nátierka 6 Jablko	75g 50g	Gulášová polievka s hovädzím mäsom Z Šošovicový prívarok so zemiakom Z Vajíčko 3	200ml 185g 1/2ks	Ryžový nákyp 3 s jablkovým kompótom	75g 25g	

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Tím Zdravý dom, www.zdravydom.menu Od 8.7. do 12.7.2024 VEGE - 28. kalendárny týždeň

Čaj	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu		HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	
Pondelok 8.7.	Jahodovo-kokosová výživa Kukuričné lupienky	100g 10g	Batátový krém s kukuricou Smotanová omáčka 7 Penne 1 Bylinky	200ml 100g 110g	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Nátierka z červenej šošovice Paprika	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 9.7.	Ovsená kaša s kokosom a banánom 1	100g	Polievka zo žltého hrachu Fašírky z údeného tofu a brokolice 1,3 Zemiakovo-petržlenové pyrė Z Broskyňový kompót	200ml 1ks 130g 25g	Rohlík z pekárne Křížák 1 Maslo so strúhaným syrom 7 Hrozno	75g 50g	
Streda 10.7.	Snečnicový chlieb z pekárne Křížák 1 Tvarohová nátierka s kockami z farebnej papriky 7 Uhorka	75g 50g	Špenátová polievka s bylinovými krutónmi 1 Zeleninové bolognese s červenou šošovicou 9 Špagety 1 Syr 7	200ml 90g 100g 10g	Citrónovo-kokosový koláč 1,3	75g	
Štvrtok 11.7.	Krupicová kaša 1 s čokoládovou polevou 6,K	100g 20g	Hrášková polievka so zemiakom Z Vege segedín 6,7 Domáca parená knedľa 1,3	200ml 120g 80g	Rohlík z pekárne Křížák 1 Mrkvová nátierka 7 Paradajka Mladá cibuľka	75g 50g	
Piatok 12.7.	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Lučina s pažítkou 7 Jablko	75g 50g	Gulášová vege polievka Z Šošovicový prívarok so zemiakom Z Vajíčko 3	200ml 185g 1/2ks	Ryžový náky 3,7 s jablkovým kompótom	75g 25g	