

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Tím Zdravý dom, www.zdravymenu Od 23.9. do 27.9.2024 KLASIK - 39. kalendárny týždeň

Čaj	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu		HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	
Pondelok 23.9.	Vanilkový puding z kokosového mlieka Mramorové kocky 1,3	100g 10g	Cviklový krém Syrá omáčka 7 Farfalle 1 Dusená zelenina s olivovým olejom	200ml 90g 90g 25g	Kváskový chlieb z pekárne Križák 1 Nátierka z červenej šošovice s pažitkou 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 24.9.	Ovsená kaša jahodová 1	100g	Zeleninová polievka s kukuričkou a zemiakom Z Kuracia guľka 3 Hrachový prívarok s batátom	200ml 1ks 150g	Rohlík z pekárne Križák 1 Bylinkové maslo 7 Paradajka	70g 50g	
Streda 25.9.	Snečnicový chlieb z pekárne Križák 1 Nátierka zo sušenej paradajky 7 Hrozno	75g 50g	Tekvicový krém s cuketou a žltou mrkvou Kuskus s trhaným morčacím mäsom a zeleninou 1 Zelený šalát	200ml 185g 25g	Vianočka 1,3,7 Malinové maslo 7	55g 20g	
Štvrtok 26.9.	Krupicová kaša 1 s kakaom a kokosovým cukrom 6,K	100g 5g	Hrstková polievka so pšenom Hovädzie kocky na šťave Domáce špaldové halušky s kurkumou 1,3	200ml 100g 100g	Rohlík z pekárne Križák 1 Sardinková nátierka s cibuľkou 4,7 Paprika	75g 50g	
Piatok 27.9.	Kváskový chlieb z pekárne Križák 1 Mrkvová pena 7 Jablko	75g 50g	Detská kapustnica s teľacím mäskom Brokolicové guľky so syrom 3,7 Štuchané zemiaky s petržlenovou vňaťou Kvasená kapusta	200ml 1ks 130g 25g	Biskupský chlebíček 1,3,6,7,K	75g	

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Tím Zdravý dom, www.zdravymenu.com Od 23.9. do 27.9.2024 NO MILK NO GLUTEN - 39. kalendárny týždeň



Čaj	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu		HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	
Pondelok 23.9.	Vanilkový puding z kokosového mlieka Mramorové kocky 3	100g 10g	Cviklový krém Karfiolová omáčka Kukurličné cestoviny Dusená zelenina s olivovým olejom	200ml 90g 90g 25g	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Nátierka z červenej šošovice s pažitkou 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 24.9.	Ovsená kaša bezlepková jahodová	100g	Zeleninová polievka s kukuričkou a zemiakom Z Kuracia guľka 3 Hrachový prívarok s batátom	200ml 1ks 150g	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Petržlenová nátierka s bylinkami Paradajka	75g 50g	
Streda 25.9.	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Nátierka zo sušenej paradajky Hrozno	75g 50g	Tekvicový krém s cuketou a žltou mrkvou Rizoto s trhaným morčacím mäsom a zeleninou Zelený šalát	200ml 185g 25g	Malinový muffin 3	1ks	
Štvrtok 26.9.	Ryžová krupica s kakaom a kokosovým cukrom 6,K	100g 5g	Hrástková polievka so pšenom Hovädzie kocky na šťave Domáce bezlepkové halušky s kurkumou 3	200ml 100g 100g	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Sardinková nátierka s cibuľkou 4 Paprika	75g 50g	
Piatok 27.9.	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Mrkvová nátierka Jablko	75g 50g	Detská kapustnica s teľacím mäskom Brokolicové guľky 3 Štuchané zemiaky s petržlenovou vňaťou Kvasená kapusta	200ml 1ks 130g 25g	Biskupský chlebiček bezlepkový 3,6,K	75g	

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Tím Zdravý dom, www.zdravymenu.com Od 23.9. do 27.9.2024 VEGE - 39. kalendárny týždeň

Čaj	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu		HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	
Pondelok 23.9.	Vanilkový puding z kokosového mlieka Mramorové kocky 1,3	100g 10g	Cviklový krém Syrová omáčka 7 Farfalle 1 Dusená zelenina s olivovým olejom	200ml 90g 90g 25g	Kváskový chlieb z pekárne Križák 1 Nátierka z červenej šošovice s pažitkou 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 24.9.	Ovsená kaša jahodová 1	100g	Zeleninová polievka s kukuričkou a zemiakom Z Guľka so zeleninou a údeným tofu 6 Hrachový prívarok s batátom	200ml 1ks 150g	Rohlík z pekárne Križák 1 Bylinkové maslo 7 Paradajka	70g 50g	
Streda 25.9.	Snečnicový chlieb z pekárne Križák 1 Nátierka zo sušenej paradajky 7 Hrozno	75g 50g	Tekvicový krém s cuketou a žltou mrkvou Kuskus s edamame bôbami a zeleninou 1 Zelený šalát	200ml 185g 25g	Vianočka 1,3,7 Malinové maslo 7	55g 20g	
Štvrtok 26.9.	Krupicová kaša 1 s kakaom a kokosovým cukrom 6,K	100g 5g	Hrástková polievka so pšenom Tempeh na šľave 6 Domáce špaldové halušky s kurkumou 1,3	200ml 100g 100g	Rohlík z pekárne Križák 1 Bryndzová nátierka s cibuľkou 7 Paprika	75g 50g	
Piatok 27.9.	Kváskový chlieb z pekárne Križák 1 Mrkvová pena 7 Jablko	75g 50g	Detská vege kapustnica Brokolicové guľky so syrom 3,7 Šťuchané zemiaky s petržlenovou vňaťou Kvasená kapusta	200ml 1ks 130g 25g	Biskupský chlebiček 1,3,6,7,K	75g	