

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Tím Zdravý dom, www.zdravydom.menu Od 7.10. do 11.10.2024 KLASIK - 41. kalendárny týždeň

Čaj	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu		HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	
Pondelok 7.10.	Bio biely jogurt od dodávateľa Zelený Klátov so strúhanou čokoládou a malinami 6,7	150g	Zeleninová polievka 9 Paradajková omáčka s bazalkou Fusilli 1 Syr 7	200ml 100g 100g 10g	Kváskový chlieb z pekárne Križák 1 Mrkvová nátierka 3 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 8.10.	Ovsená kaša 1 s jahodovým džemom	100g 20g	Kyslá fazuľová polievka 9 Morčacia fašírka s brokolicou 1,3 Zemiakové pyrė Z Broskyňový kompót	200ml 1ks 130g 25g	Klobučnícky rohlík z pekárne Križák 1,6,7 Maslo so strúhaným syrom 7 Žltý melón	75g 50g	
Streda 9.10.	Snečnicový chlieb z pekárne Križák 1 Zelerová nátierka s bylinkami 7,9 Hrozno	75g 50g	Hokaido krém s tekvicovými semiačkami Krupoto s pečeným kuracím mäsom 1 Jablko-mrkvový šalát	200ml 185g 25g	Makovka 1,3,7 s čučoriedkovým maslom 7	1ks 20g	
Štvrtok 10.10.	Ryžovo-pohánková kaša so škorickou a hrozienkami	100g 5g	Kukuričková polievka Z Hovädzie na sviečkovej omáčke 7 Domáca chlebová knedľa 1,3	200ml 100g 100g	Pšeničná pletenka z pekárne Križák 1,6,7 Greendza nátierka s petržlenovým pestom 1 Paradajka	75g 50g	
Piatok 11.10.	Kváskový chlieb z pekárne Križák 1 Cviklový hummus Jablko	75g 50g	Hovädzí vývar so zeleninou a celestínskymi slížikmi 1,3,7 Zemiakový prívarok 7,Z Vajčko 3	200ml 185g 1/2ks	Piškótový koláč s kakaom a jabĺčkami 1,3,K	75g	

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Tím Zdravý dom, www.zdravymenu.com Od 7.10. do 11.10.2024 NO MILK NO GLUTEN - 41. kalendárny týždeň

Čaj	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu			Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	
Pondelok 7.10.	Kokosový dezert so strúhanou čokoládou a malinami 6	150g	Zeleninová polievka 9 Paradajková omáčka s bazalkou Kukuričné cestoviny	200ml 100g 110g	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Mrkvová nátierka 3 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-Vičí 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. Pokrmové môžu obsahovať stopy lepky, mlieka, orechov.
Utorok 8.10.	Ovsená kaša bezlepková s jahodovým džemom	100g 20g	Kyslá fazuľová polievka 9 Morčacia faširka s brokolicou 3 Zemiakové pyrė Z Broskyňový kompót	200ml 1ks 130g 25g	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Avokádová nátierka Žltý melón	75g 50g	
Streda 9.10.	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Zelerová nátierka s bylinkami 9 Hrozno	75g 50g	Hokaido krém s tekvicovými semiačkami Rizoto s pečeným kuracím mäsom Jablko-mrkvový šalát	200ml 185g 25g	Čučoriedkový muffin 3	1ks	
Štvrtok 10.10.	Ryžovo-pohánková kaša so škoricou a hrozičkami	100g 5g	Kukuričková polievka Z Hovädzie na sviečkovej omáčke Domáca chlebová knedľa 3	200ml 100g 100g	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Nátierka s petržlenovým pestom 6 Paradajka	75g 50g	
Piatok 11.10.	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Cviklový hummus Jablko	75g 50g	Hovädzí vývar so zeleninou a celestínskymi bezlepkovými slížikmi 3 Zemiakový prívarok Z Vajčičko 3	200ml 185g 1/2ks	Piškótovej koláč s kakaom a jablčkami 3,K	75g	

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Tím Zdravý dom, www.zdravymenu.com Od 7.10. do 11.10.2024 VEGETARIÁNSKY - 41. kalendárny týždeň

Čaj	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu			Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	
Pondelok 7.10.	Bio biely jogurt od dodávateľa Zelený Klátov so strúhanou čokoládou a malinami 6,7	150g	Zeleninová polievka 9 Paradajková omáčka s bazalkou Fusilli 1 Syr 7	200ml 100g 100g 10g	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Mrkvová nátierka 3 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-Vičí 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. Pokrmové môžu obsahovať stopy lepky, mlieka, orechov.
Utorok 8.10.	Ovsená kaša 1 s jahodovým džemom	100g 20g	Kyslá fazuľová polievka 9 Brokolicová fašírka 1,3 Zemiakové pyré Z Broskyňový kompót	200ml 1ks 130g 25g	Klobučnícky rohlík z pekárne Křížák 1,6,7 Maslo so strúhaným syrom 7 Žltý melón	75g 50g	
Streda 9.10.	Slničnicový chlieb z pekárne Křížák 1 Zelerová nátierka s bylinkami 7,9 Hrozno	75g 50g	Hokaido krém s tekvicovými semiačkami Krupoto s hráškom a s pečenou hlivou 1 Jablkovo-mrkvový šalát	200ml 185g 25g	Makovka 1,3,7 s čučoriedkovým maslom 7	1ks 20g	
Štvrtok 10.10.	Ryžovo-pohánková kaša so škoricou a hrozienkami	100g 5g	Kukurličková polievka Z Tofu na sviečkovej omáčke 6,7 Domáca chlebová knedľa 1,3	200ml 100g 100g	Pšeničná platenka z pekárne Křížák 1,6,7 Greendza nátierka s petržlenovým pestom 1 Paradajka	75g 50g	
Piatok 11.10.	Kváskový chlieb z pekárne Křížák 1 Cviklový hummus Jablko	75g 50g	Vývar so zeleninou a celestínskymi slížikmi 1,3,7 Zemiakový prívarok 7,Z Vajičko 3	200ml 185g 1/2ks	Píškóťový koláč s kakaom a jablkami 1,3,K	75g	