

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Tím Zdravý dom, www.zdravy-dom.sk Od 16.12. do 20.12.2024 KLASIK - 51. kalendárny týždeň

| Čaj | DESIATA | HM | OBED | | OLOVRANT | | ALERGÉNY |
|--------------------|--|-------------|---|-------------------------------|--|--------------|---|
| | Názov pokrmu | | HM | Názov pokrmu | HM | Názov pokrmu | |
| Pondelok 16.12. | Detská výživa Datlový keksík 1,3 | 100g 1ks | Zemiaková polievka s rascou Z Kolienka s morčacím mäsom, sušenou paradajkou a bazalkou 1 | 200ml 200g | Kváskový chlieb z pekárne Križák 1 Pohánková nátierka 3,10 Mandarinka | 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 kacao 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 17.12. | Ovsená kaša s kúskami broskyne 1 | 100g | Mrkvový krém so zázvorom Hovädzie kocky v brokolicovo-cuketovej omáčke Varené zemiaky Z Ľadový šalát | 200ml 90g 90g 25g | Klobučnícky rohlík z pekárne Križák 1,6,7 Cviklová nátierka 7 Mrkva, redkova | 75g 50g | |
| Streda 18.12. | Slniečnicový chlieb z pekárne Križák 1 Avokádovo-brokolicová nátierka Jablko červené | 75g 50g | Vianočná šošovicová polievka Pečená kuracia guľka v panku strúhanke 1,3 Ryža s hráškom Zemiakový jogurtový šalát 7,Z | 200ml 1ks 140g | Vianočka 1,3,7 so slivkovým maslom 7 | 55g 20g | |
| Štvrtok 19.12. | Ryžová krupica s kokosovým cukrom a perníkovým korením | 100g 5g | Hráškový krém s mäťou a krutónmi 1 Kurací perkelt Špaldové halušky 1,3 | 200ml 100g 100g | Pšeničná pletenka z pekárne Križák 1,6,7 Syrávná nátierka s pažitkou 7 Hrozno | 75g 50g | |
| Piatok 20.12. | Kváskový chlieb z pekárne Križák 1 Maslo 7 Jablko zelené | 70g 50g | Kurací vývar so zeleninou a písmenkami 1 Cuketový prívarok Šťuchané zemiaky s petržlenom Vajíčko 3 | 200ml 100g 90g 1/2ks | Makový koláč s ovocím 1,3 | 75g | |

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Tím Zdravý dom, www.zdravy-dom.sk Od 16.12. do 20.12.2024 NO MILK NO GLUTEN - 51. kalendárny týždeň

| Čaj | DESIATA | HM | OBED | | OLOVRANT | | ALERGÉNY |
|--------------------|--|-------------|--|-------------------------------|---|--------------|---|
| | Názov pokrmu | | HM | Názov pokrmu | HM | Názov pokrmu | |
| Pondelok 16.12. | Detská výživa Datlový keksík 3 | 100g 1ks | Zemiaková polievka s rascou Z Kolienka s morčacím mäsom, sušenou paradajkou a bazalkou | 200ml 200g | Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Pohánková nátierka 3,10 Mandarinka | 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 kacao 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 17.12. | Ovsená kaša bezlepková s kúskami broskyne | 100g | Mrkvový krém so zázvorom Hovädzie kocky v brokolicovo-cuketovej omáčke Varené zemiaky Z Ľadový šalát | 200ml 90g 90g 25g | Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Cviklová nátierka Mrkva, redkova | 75g 50g | |
| Streda 18.12. | Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Avokádovo-brokolicová nátierka Jablko červené | 75g 50g | Vianočná šošovicová polievka Pečená kuracia guľka v panku strúhanke 3 Ryža s hráškom Zemiakový šalát s kokosovou smotanou Z | 200ml 1ks 140g | Mufin so slivkami 3 | 1ks | |
| Štvrtok 19.12. | Ryžová krupica s kokosovým cukrom a perníkovým korením | 100g 5g | Hráškový krém s mäťou a bezlepkovými krutónmi Kurací perkelt Bezlepkové halušky 3 | 200ml 100g 100g | Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Vajčková nátierka s droždím 3 Hrozno | 75g 50g | |
| Piatok 20.12. | Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Šampiňónová nátierka Jablko zelené | 75g 50g | Kurací vývar so zeleninou a kukuričnou cestovinou Cuketový prívarok Šťuchané zemiaky s petržlenom Vajíčko 3 | 200ml 100g 90g 1/2ks | Makový koláč s ovocím 3 | 75g | |

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Tím Zdravý dom, www.zdravy-dom.sk Od 16.12. do 20.12.2024 VEGE - 51. kalendárny týždeň

| Čaj | DESIATA | HM | OBED | | OLOVRANT | | ALERGÉNY |
|--------------------|---|-------------|---|-------------------------------|---|------------|---|
| | Názov pokrmu | | Názov pokrmu | HM | Názov pokrmu | HM | |
| Pondelok 16.12. | Detská výživa Datlový keksík 1,3 | 100g 1ks | Zemiaková polievka s rascou Z Kolienska s omáčkou z hlivy a sušených paradajok 1 | 200ml 200g | Kváskový chlieb z pekárne Križák 1 Pohánková nátierka 3,10 Mandarinka | 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 17.12. | Ovsená kaša s kúskami broskyne 1 | 100g | Mrkvový krém so zázvorom Marinované tofu v brokolicovo-cuketovej omáčke 6 Varené zemiaky Z Ľadový šalát | 200ml 90g 90g 25g | Pšeničný rohlík 1 Cviklová nátierka Mrkva, redkovka | 75g 50g | |
| Streda 18.12. | Slniečnicový chlieb z pekárne Križák 1 Avokádovo-brokolicová nátierka Jabĺko červené | 75g 50g | Vianočná šošovicová polievka Bulgurová guľka v panku strúhanke 1,3 Ryža s hráškom Zemiakový šalát z kokosovou smotanou Z | 200ml 1ks 140g | Vianočka 1,3 so slivkovým džemom | 55g 20g | |
| Štvrtok 19.12. | Ryžová krupica s kokosovým cukrom a perníkovým korením | 100g 5g | Hráškový krém s mäťou a krutónmi 1 Perkelt s údeným tofu 6 Špaldové halušky 1,3 | 200ml 100g 100g | Pšeničný rohlík 1 Vajíčková nátierka s droždím 3 Hrozno | 75g 50g | |
| Piatok 20.12. | Kváskový chlieb z pekárne Križák 1 Šampiňónová nátierka Jabĺko zelené | 75g 50g | Zeleninový vývar s písmenkami 1 Cuketový prívarok Šťuchané zemiaky s petržlenom Vajičko 3 | 200ml 100g 90g 1/2ks | Makový koláč s ovocím 1,3 | 75g | |

