

Menu na 49. týždeň 2016

Deň	Desiata:	A:	Olovrant:	A:	Polievka:	A:	Hlavné jedlo:	A:
Pondelok, 05.12.	Ovocné muffiny s kakaom	1,3	Zeleninová omeleta so zemiakmi pečená v rúre	3	Zeleninová polievka s goji	9	Zeleninové rizoto so syrom	(7)
	zloženie: špaldová múka, vajíčka, ryžové mlieko, vínny kameň, prírodný trstinový cukor, hrušky, jablká, olivový olej		Zloženie: bio vajíčka, olivový olej, morská soľ, zemiaky, paradajky, cuketa		Zloženie: cibuľa, mrkva, cuketa, zázvor, goji, citrón, oregáno, kurkuma, zeleninový vývar		zloženie: ryža, mrkva, hrášok, kukurica, brokolica, cibuľa, cesnak, olivový olej, morská soľ, tvrdý kravský syr	
Utorok, 06.12.	Špaldový chlebík s tuniakovo-vajíčkovou nátiarkou	1,3, 4	Pohánková krupica s ovocím	x	Brokolicová polievka s mrkvou	9	Pečený zeleninový karbonátok, zemiakové pyrė, šalát zo sezónnej zeleniny	7,9
	Zloženie: špaldová múka, droždie, voda, trstinový cukor, tuniak, vajíčka, olivový olej, morská soľ, cibuľa, citrónová šťava		Zloženie: pohánková krupica, ryžové mlieko, prírodný trstinový cukor, jablká, hrušky, škoric		Zloženie: brokolica, mrkva, cibuľa, cesnak, morská soľ, kurkuma, zeleninový vývar, bio repkový olej		Zloženie: červená šošovica, mrkva, cibuľa, cesnak, bio vajíčka, pohánková múka, morská soľ, mletá rasca, ryžové mlieko, maslo, zemiaky, sezónna zelenina, citron, med	
Streda, 07.12.	Kuskusovník s ovocím	1,3	Cestovinový šalát so zeleninou	1, (7)	Karfiolová polievka s hráškom	9	Hovädzie pierko na prírodno, kukuričné cestoviny, sezónny šalát	9
	zloženie: kuskus, jablká, hrušky, med, škoric, vajíčka, citrónová šťava		Zloženie: špaldové cestoviny, farebná paprika, paradajka, uhorka, olivový olej, morská soľ, jogurt / bezlaktózový jogurt		zloženie: karfiol, hrášok, cibuľa, cesnak, tymián, morská soľ, kurkuma, zeleninový vývar, olivový olej		zloženie: hovädzie pierko, cibuľa, cesnak, horčica, kukuričné cestoviny, olivový olej, sezónna zelenina	
Štvrtok, 8.12.	Kokosový koláč s drobným ovocím	3,8	Focaccia s baby šunkou a zeleninou	1	Hístková polievka s pohánkou	9	Lososové ragú, pečené hranolky, uhorkový šalát	4
	Zloženie: pohánková múka, bio vajíčka, kokosový tuk, olivový olej, strúhaný kokos, drobné ovocie, med, ryžové mlieko, vínny kameň		Zloženie: špaldová múka, droždie, trstinový cukor, voda, morská soľ, detská šunka, paradajky, kukurica		zloženie: šošovica, hrach, cibuľa, zemiaky, pohánka, cesnak, zeleninový vývar, oregáno, olivový olej, červená paprika		zloženie: losos, cibuľa, cesnak, kurkuma, brokolica, paradajkové pyrė, zemiaky, šalát: uhorky, med, citrónová šťava	
Piatok, 9.12.	Špaldový chlieb s nátiarkou z grilovanej zeleniny	1	Ananásovo-mrkvový šalát, celozrnné keksíky	1,3	Paradajková polievka s bazalkou	9	Kuracie kúsky s brokolicovou omáčkou, ryža basmati, sezónny šalátik	x
	zloženie: špaldová múka, morská soľ, droždie, voda, baklažán, mrkva, paprika, cuketa, cesnak, morská soľ, olivový olej		Zloženie: ananás, mrkva, med, celozrnná múka, vajíčka, trstinový cukor		Zloženie: cibuľa, pasírované paradajky, čerstvé paradajky, trstinový cukor, bazalka, zeleninový vývar, morská soľ, škoric,		zloženie: kuracie mäso, brokolica, cibuľa, cesnak, olivový olej, zeleninový vývar, ryža basmati, sezónna zelenina	

Zmena menu vyhradená!

ALERGENY

- 1 *Obilniny obsahujúce lepok a výrobky z nich*
- 2 *Kôrovce a výrobky z nich*
- 3 *Vajcia a výrobky z nich*
- 4 *Ryby a výrobky z nich*
- 5 *Arašidy a výrobky z nich*
- 6 *Sója a výrobky z nej*
- 7 *Mlieko a výrobky z neho*
- 8 *Orechy a výrobky z nich*
- 9 *Zeler a výrobky z nich*
- 10 *Horčica a výrobky z nej*
- 11 *Sezamové semienka a výrobky z neho*
- 12 *Siričitany – SO₂ (o koncentrácie viac ako 10mg/kg alebo 10mg/l, sušené ovocie, ovocné konzervy, výrobky zo zemiakov)*
- 13 *Vlčí bôb a výrobky z neho*
- 14 *Mäkkýše a výrobky z nich*