

| Menu na 12. týždeň 2017 | | | | | | | | |
|-------------------------|--|---------------|--|--------------|---|----------|---|--------------|
| Deň | Desiata: | A: | Olovrant: | A: | Polievka 1: | A: | Hlavné jedlo: | A: |
| Pondelok, 20.3. | Smotanový jogurt, čerstvé ovocie | 1, (7) | Pečená zemiaková omeleta so zeleninou | 3 | Sezónna polievka s koreňovou zeleninou | 9 | Losos v paradajkovej omáčke, kukuričné penne | 4,9 |
| | zloženie: smotanový jogurt / ryžové mlieko, čerstvé sezónne ovocie | | zloženie: zemiaky, vajíčka, paradajky, pórik, morská soľ, olivový olej | | zloženie: cuketa, mrkva, paštrnák, cesnak, zeleninový vývar, oregáno, olivový olej, červená paprika | | zloženie: losos, kukurica, cibuľa, olivový olej, pasírované paradajky, med, zeleninový vývar, ryžové mlieko, petržlenová vňať, kukuričné penne, kurkuma, morská soľ | |
| Utorok, 21.3. | Čokoládové muffiny s banánmi | 1,3 | Zeleninové sticks, zeleninová nátierka | x | Krémová cicerová polievka s pažitkou | 9 | Karfiolové-zemiakové placky, zemiaková kaša, uhorkovo-jogurtový šalát | (7),9 |
| | zloženie: špaldová múka, vajíčka, ryžové mlieko, vínny kameň, prírodný trstinový cukor, banány, olivový olej | | zloženie: mrkva, uhorky, mrkva, paštrnák, karfiol, kurkuma, olivový olej | | zloženie: cícer, cibuľa, cesnak, pažitka, morská soľ, olivový olej, kurkuma, bobkový list, zeleninový vývar | | zloženie: karfiol, zemiaky, cesnak, vajcia, pohánková múka, cuketa, ryžové mlieko, petržlenová vňať, zemiaky, kurkuma, morská soľ, uhorky, jogurt(L-jogurt), kôpor | |
| Streda, 22.3. | Špaldový chlieb s paprikovou nátierkou | 1 | Jablkový smoothie s polníčkom | x | Jarný zeleninový vývar s ryžovými rezancami | 9 | Hovädzie na spôsob sviečkovej, domáca knedľa/pšeno | (1),9 |
| | zloženie: špaldová múka, morská soľ, droždie, voda, mrkva, maslo / bezlaktózne maslo, cesnak, morská soľ | | zloženie: polníček, citrón, med, jablká, ryžové mlieko, voda | | zloženie: mrkva, kaleráb, paštrnák, tekvica, cibuľa, cesnak, morská soľ, zeleninový vývar, olej, ryžové rezance, petržlenová vňať | | zloženie: hovädzie mäso, olivový olej, cibuľa, koreňová zelenina, klinčeky, muškátový oriešok, zeleninový vývar, bio pšeničná múka, vajíčka, voda, pšeno, provens bylinky | |
| Štvrtok, 23.3. | Granolla so sušeným ovocím a orechami, ryžové mlieko | 1,8 | Jablkový závin s orechami | 1,3,8 | Kukuricová polievka s pórikom | 9 | Špaldové/pohánkové palacinky s jablkami a škorica | (1) |
| | zloženie: ovsené vločky, sušené ovocie, orechy, kokos, kokosový tuk, ryžové mlieko | | Zloženie: špaldová múka, med, bio vajíčka, vlašské orechy, jablká, citrónová šťava | | zloženie: kukurica, bio repkový olej, pór, stonkový zeler, zemiaky, zeleninový vývar, morská soľ, petržlenová vňať | | zloženie: špaldová/pohánková múka, farmárske bio vajcia, trstinový cukor, ryžové mlieko, vanilkový lusk, jablká, bio škorica | |
| Piatok, 24.3. | Špaldový chlieb s nátierkou z pečenej zeleniny | 1 | Tekvicová výživa s banánmi, celozrnné piškoty | 1,3 | Paradajková polievka s bazalkou | 9 | Kuracie kúsky s hráškom a horčicovou omáčkou, basmati ryža | 9 |
| | zloženie: špaldová múka, morská soľ, droždie, voda, mrkva, petržlen, pór, cvikla | | zloženie: tekvica maslová, banány, datle, zázvor, mletá škorica, voda, bio kukuričný škrob, celozrnné piškoty: celozrnná múka, prírodný trstinový cukor, vajíčka | | zloženie: čerstvé paradajky, pasírované paradajky, cibuľa, cesnak, olivový olej, čerstvá bazalka, zeleninový vývar, morská soľ | | zloženie: kuracie mäso, cibuľa, hrášok, horčica, morská soľ, domáci mäsový vývar, ryža | |
| | Zmena menu vyhradená! | | | | | | | |

