

Menu na 17. týždeň 2017

Deň	Desiata:	A:	Olovrant:	A:	Polievka 1:	A:	Hlavné jedlo:	A:
Pondelok, 24.4.	Smotanový jogurt / ryžové mlieko, celozrnné cookies	1, 3, (7)	Cestovinový šalát s kuracím mäsom	(1), 9	Brokolicová polievka s mrkvou	9	Cuketový prívarok, varené vajíčka, varené zemiaky s vňaťou	3,9
	zloženie: smotanový jogurt / ryžové mlieko, celozrnné cookies: špaldová múka, trstinový cukor, vajíčka		zloženie: celozrnná / kukuričná cestovina, farmárske kuracie mäso, cuketa, paradajky, cibuľa, ghee maslo, soľ, olivový olej		Zloženie: brokolica, mrkva, cibuľa, cesnak, morská soľ, kurkuma, zeleninový vývar, bio repkový olej		zloženie: cibuľa, ryžové mlieko, kokosové mlieko, morská soľ, cesnak, vajíčka, zemiaky, kôpor, petržlenová vňať, maslo ghee, morská soľ	
Utorok, 25.4.	Ovocné muffiny s drobným ovocím	1,3	Zeleninové placky, jogurtový dip	1, (7)	Mäsový vývar so zeleninou a ryžovými rezancami	9	Zeleninové rizoto so syrom	(7)
	zloženie: špaldová múka, vajíčka, ryžové mlieko, vínný kameň, prírodný trstinový cukor, drobné ovocie, olivový olej		zloženie: špaldová múka, zemiaky, mrkva, cibuľa, cesnak, olivový olej, kurkuma, jogurt / L-mínus jogurt, kôpor, morská soľ		zloženie: hovädzie mäso a kosti,, bio repkový olej, mrkva, petržlen, petržlenová vňať, cibuľa, pór, zeler, bobkový list, tymián, vývar, ryžové rezance		zloženie: ryža, mrkva, hrášok, kukurica, brokolica, cibuľa, cesnak, olivový olej, morská soľ, tvrdý kravský syr, kurací vývar	
Streda, 26.4.	Špaldový chlieb, tekvicová nátierka s hruškami	1	Ovocný smoothie s ovsenými vločkami	1	Karfiolová polievka	9	Hovädzie na spôsob svičkovej, domáca knedľa / bylinkové pšeno	(1,3), 9
	zloženie: špaldová múka, morská soľ, droždie, voda, tekvica, hrušky, olivový olej, kurkuma		zloženie: jablká, hrušky, citrónová šťava, ryžové mlieko, med, ovsené vločky, škoricca		Zloženie: karfiol, cibuľa, cesnak, zeleninový vývar, morská soľ, olivový olej, kurkuma, drvená rasca		zloženie: hovädzie mäso, olivový olej, cibuľa, koreňová zelenina, klinčeky, muškátový oriešok, zeleninový vývar, bio pšeničná múka, vajíčka, voda, pšeno, provens bylinky	
Štvrtok, 27.4.	Granolla so sušeným ovocím a orechami, ryžové mlieko	1,8	Kysnutý slivkový koláč	1,3	Šošovicová polievka so zemiakmi na kyslo	9	Cestoviny s tuniakom a kukuricou	(1),4
	zloženie: ovsené vločky, sušené ovocie, orechy, kokos, kokosový tuk, ryžové mlieko		Zloženie: špaldová múka, vajíčka, trstinový cukor, škoricca, med, slivky, ghee maslo		zloženie: šošovica, zemiaky, cibuľa, jablčný ocot, ryžové mlieko, kurkuma, zeleninový vývar, morská soľ, petržlenová vňať, tymián, bobkový list, čierne korenie		zloženie: kukuričné / celozrnné cestoviny, tuniak, kukurica, bezlaktózne mlieko, soľ, čierne korenie, zemiaky	
Piatok, 28.4.	Špaldový chlieb s vajíčkovou nátierkou	1,3,10	Hrušková výživa, celozrnné keksíky	1,3	Hráškový krém s mrkvou	9	Kuracie s omáčkou z pečenej papriky, pečené zemiaky	9
	zloženie: špaldová múka, morská soľ, droždie, voda, vajíčka, horčica, maslo / L-mínus maslo, morská soľ		zloženie: hrušky, mletá škoricca, voda, bio kukuričný škrob, celozrnné piškoty: celozrnná múka, prírodný trstinový cukor, vajíčka		zloženie: cibuľa, hrášok, mrkva, zemiaky, olivový olej, morská soľ, zeleninový vývar, ryžové mlieko		Zloženie: farmárske kuracie mäso, farebná paprika, olivový olej, soľ, čierne korenie, kokosové mlieko, ryžové mlieko, zemiaky,	

K hlavným jedlám podávame 3-4x týždenne čerstvý zeleninový šalát.

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 koncentrácii 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*

