

Menu na 45. týždeň 2017								
Deň	Desiata:	A:	Olovrant:	A:	Polievka 1:	A:	Hlavné jedlo:	A:
Pondelok, 6.11.	Smotanový jogurt, celozrnné keksíky	1, 3,	Pečená zeleninová omeleta	3	Tekvicová s jablkami	9	Cestoviny s brokolicou, bielou fazuľou a kôprom	(1), 9
	zloženie: smotanový jogurt / ryžové mlieko, celozrnné keksíky: špaldová múka, trstinový cukor, vínny kameň, vajíčka		zloženie: zemiaky, cuketa, vajíčka, pórík, morská soľ, olivový olej		zloženie: tekvica, jablká, cibuľa, olivový olej, cesnak, zemiaky, soľ, korenie, vývar, muškátový oriešok		Zloženie: kukuričné/celozrnné cestoviny, cibuľa, cesnak, biela fazuľa, brokolica, ryžové mlieko, kôpor, morská soľ, zeleninový vývar, olivový olej	
Utorok, 7.11.	Čokoládový brownie	1,3, 7	Špaldové kreky, zeleninová nátierka	1,3	Mrkvovo-hrášková polievka	9	Šošovicový prívarok, varené zemiaky, varené vajíčko	3,9
	zloženie: horká čokoláda, kakao, vajíčka, maslo, prírodný trstinový cukor, špaldová múka, morská soľ, vínny kameň		zloženie: špaldová múka, vajcia, vínny kameň, olivový olej, kurkuma, sezónna zelenina, morská soľ		zloženie: mrkva, hrášok, zemiaky, ryžové mlieko, morská soľ, čierne korenie, muškátový oriešok, olivový olej		zloženie: hnedá šošovica, cuketa, cibuľa, ryžové mlieko, kokosové mlieko, morská soľ, cesnak, bobkový list, vajíčka, zemiaky, morská soľ	
Streda, 8.11.	Špaldový chlieb, papriková nátierka	1	Kakaový smoothie s banánom a kokosom	x	Špenátová polievka	9	Hovädzie na mrkve a pastrnaku, špaldové halušky/pšeno	(1), 9
	zloženie: špaldová múka, morská soľ, droždie, voda, ghee maslo, paprika, cibuľa, olivový olej		zloženie: kakao, banány, sušený kokos, ryžové mlieko		zloženie: špenát, zemiaky, ryžové mlieko, zeleninový vývar, cesnak, morská soľ, čierne korenie		zloženie: hovädzie pierko, mrkva, pastrnák, cibuľa, mrkva, olivový olej, zeleninový vývar, ryžové mlieko, citrónová šťava, morská soľ, špaldová múka/pšeno, provensálske bylinky	
Štvrtok, 9.11.	Sladká ryža	x	Ovocná bublanina s pudingom	1,3	Brokolicový krém	9	Zeleninové ratatouille, basmati ryža	9
	zloženie: gulatozrnná ryža, bio vanilkový puding, ryžové mlieko, škoricca, trstinový cukor, vanilkový lusk, hrozienka		Zloženie: špaldová múka, vajíčka, trstinový cukor, škoricca, med, sezónne ovocie, ghee maslo, bio puding, ryžové mlieko		zloženie: cibuľa, olivový olej, brokolica, zeleninový vývar, pažítka, citrónová šťava, zemiaky, morská soľ		zloženie: cibuľa, cesnak, olivový olej, baklažán, cuketa, paprika, zemiaky, kurkuma, ryžové mlieko, morská soľ, ryža basmati	
Piatok, 10.11.	Špaldový chlieb, red'kovková nátierka	1,(7)	Mrkvovo-ananášová šťava, celozrnné piškoty	1,3	Zeleninová s ovsenými vločkami	1,9	Kuracie s kukuricou a pórom, zemiaková kaša	(7), 9
	zloženie: špaldová múka, morská soľ, droždie, voda, red'kovka, maslo/ghee maslo, jarná cibuľka, čierne korenie, morská soľ		zloženie: mrkva, ananás, celozrnné piškoty: celozrnná múka, prírodný trstinový cukor, vajíčka		zloženie: mrkva, pastrnák, kaleráb, cibuľa, tekvica, zemiaky, kurkuma, zeleninový vývar, ovsené vločky, olivový olej		Zloženie: farmárske kuracie mäso, kukurica, pór, kel, cibuľa, ryžové mlieko, cesnak, olivový olej, soľ, čierne korenie, zemiaky, farmárske maslo/ghee maslo, ryžové mlieko	

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*

