

Menu na 3. týždeň 2018

Deň	Desiata:	A:	Olovrant:	A:	Polievka 1:	A:	Polievka 2:	A	Hlavné jedlo:	A:
Pondelok 15.1.	Čoko puding	(7)	Kurací šalát so zeleninou	1	Tekvicová polievka s jablkami	9	Brokolicový krém s údeným tofu	6 9	Cestoviny s omáčkou z lúpaných paradajok a olív	1, 9
	zloženie: bio čokoládový puding, trstinový cukor, mlieko/rzžové mlieko		zloženie: pšeničné cestoviny, kukurica, paprika, paradajky, farmárske kuracie mäso, čerstvé bylinky, olivový olej, soľ		zloženie: tekvica, jablká, zemiaky, ryžové mlieko, soľ, čierne korenie, olivový olej, petržlenová vňať		zloženie: brokolica, zemiaky, olivový olej, zeleninový vývar, morská soľ, čierne korenie, udené tofu, ryžové mlieko, ryžová smotana, citrónová šťava		zloženie: pšeničné/kukurličné cestoviny, čerstvé paradajky, lúpané paradajky, ryžové mlieko, trstinový cukor, grécke olivy, bazalka, olivový olej, morská soľ	
Utorok 16.1.	Domáci perník s jahodami	1,3, (7)	Zeleninová nátierka, zeleninové sticks	x	Kelová polievka	9	Paradajková s červenou šošovicou	9	Tekvicové rizoto s hráškom	9, (7)
	zloženie: špaldová múka, kakao, prírodný trstinový cukor, vínný kameň,, vajíčka, perníkové korenie, sóda, maslo / bezlaktózové maslo, med, ryžové mlieko, jahody, čokoláda		zloženie: mrkva, cuketa, tekvica, olivový olej, morská soľ, uhorky ,		zloženie: cibuľa, olivový olej, kel, zeleninový vývar, mletá červená paprika, zemiaky, morská soľ		zloženie: pasírované paradajky, zemiaky, citrónová šťava, soľ, čierne korenie, červená šošovica, olivový olej		zloženie: tekvica, mrkva, hrášok, cibuľa, morská soľ, guľatozrná ryža, zeleninový vývar, olivový olej, tvrdý syr	
Streda 17.1.	Kváskový chlieb, bryndzová nátierka	1,(7),10	Avokádovo-hruškové smoothie	x	Mrkvová so zemiakmi	9	Šampiňónový krém	9	Hovädzí guláš, zemiaková kaša	(7), 9
	zloženie: pšeničná bio múka, kvások, morská soľ, voda, bryndza, jarná cibuľka, farmárske maslo/ghee maslo, mletá červená paprika		zloženie: avokádo, hrušky, ryžové mlieko, med		Zloženie: mrkva, zemiaky, cibuľa, cesnak, drvená rasca, zeleninový vývar, čierne korenie, morská soľ, petržlenový vňať, olivový olej		Zloženie: šampiňóny, zemiaky, cibuľa, olivový olej, zeleninový vývar, citrónová šťava, tymián, morská soľ, ryžové mlieko, ryžová smotana		Zloženie: farmárske hovädzie mäso, paprika, paradajky, cibuľa, olivový olej, morská soľ, zeleninový vývar, zemiaky, farmárske maslo/ghee maslo, ryžové mlieko	
Štvrtok 18.1.	Granolla so sušeným ovocím a orechami, ryžové mlieko	x	Slivkové buchtičky	1, 3, (7)	Cícerová so zeleninou	9	Cesnačka s bielym vínom	9	Biela ryba v špenátovej omáčke, varené zemiaky	4, 9
	zloženie: ovsené vločky, sušené ovocie, orechy, kokos, kokosový tuk, ryžové mlieko		zloženie: špaldová múka, prírodný trstinový cukor, droždie, vajíčka, maslo / bezlaktózové maslo, ryžové mlieko, slivkový lekvár		Zloženie: cibuľa, mrkva, zemiaky, sušený cícer, špenát, kurkuma, petržlenová vňať, morská soľ, olivový olej, zeleninový vývar		Zloženie: cesnak, cibuľa, zemiaky, zeleninový vývar, bio repkový olej, morská soľ, tymián, biele víno		zloženie: sumček africký, cibuľa, ryžové mlieko, špenát, morská soľ, olivový olej, zemiaky, petržlenová vňať	
Piatok 19.1.	Špaldový chlieb, karfiolová pena s bylinkami	1,(7)	Jablková výživa, celozrnné piškóty	1,3	Hráškový krém s mäťou	9	Lusková polievka	9	Kuracie pšenoto	9
	zloženie: špaldová múka, morská soľ, droždie, voda, karfiól, cesnak, ghee maslo, provensálske bylinky, horčica		zloženie: jablká, voda, bio kukuričný škrob, celozrnné piškoty: celozrnná múka, prírodný trstinový cukor, vajíčka		zloženie: cibuľa, hrášok, mäta, zemiaky, olivový olej, morská soľ, zeleninový vývar, ryžové mlieko		zloženie: zelené fazuľkové lusky, cibuľa, zemiaky, ryžové mlieko, petržlenová vňať, morská soľ, čierne korenie, zeleninový vývar		zloženie: farmárska kuracie mäso, pšeno, cuketa, baklažán, mrkva , cibuľa, cesnak, majoránka, olivový olej, pšeno, morská soľ	

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*

