

Pripravil: Ivan Krajčovič a Adam Harík: www.zdravydom.menu **Od 19.07 do 23.07.2021 NO MILK No GLUTEN**

Nápoj týždňa: Biomila čaj	DESIATA		OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
Pondelok	Smoothie s banánom	150ml	Hustá zeleninová polievočka Granadír s batátom Z Kvasené uhorky	200ml 185g 25g	Pohánkový chlieb od Dobrožrúta Brokolicová nátierka s karfiolom Paprika	70g 50g	1-Obilniny, 2-Kôrovce, 3-Vajcia, 4-Ryby, 5- Arašidy, 6-Sója, 7- Mlieko, 8-Orechy, 9- Zeler, 10-Horčica, 11- Sezam, 12-Siričitany, 13-Vlčí bôb, 14- Mäkkýše ,Z-zemiak , K kakao POZNÁMKA: Zmena jedálneho lístka je vyhradená. Pri príprave jedál sa nepoužívajú geneticky modifikované potraviny ani polotovary. Mäso používame z welfare farmárskych chovov. Pokrmu môžu
Utorok	Kukuričná kaša so škoricou	100g	Brokolicový krém s kukuricou Morčacie guľky 3 v rajčinovej omáčke Varené zemiaky	200ml 1ks 100g 80g	Pohánkový chlieb od Dobrožrúta Cviklová nátierka Mrkva	75g 50g	
Streda	Pohánkový chlieb od Dobrožrúta Vajíčková nátierka 3 Ľadový šalát	75g 50g	Polievka z červenej šošovice a mrkvy Hovädzie soté s hráškom Ryža Kompót	200ml 90g 90g 25g	Malinový dezert	100g	
Štvrtok	Pšenová kaša s makom slivkami Jablko	100g 50g	Hrástková polievka so pšenom 9 Hydinový paprikáš Halušky 3	200ml 100g 100g	Pohánkový chlieb od Dobrožrúta Nátierka z pečeného cesnaku a pšena	75g	

Piatok	Pohánkový chlieb od	75g	Šampiňónový krém s petž. vňatou	200ml	Mramorový koláč 3.K	75g	obsahovať stopy lepky, mlieka, orechov.
	Dobrožrúta		a bezl.krutónami Z				
	Fazuľová nátierka	50g	Tekvicový prívarok so zemiakom Z	185g			
	s cibuľkou		Vajíčko 3	1/2			
	Uhorka						