

Jedálny lístok



11. Týždeň (11.3. – 17.3.2019)



Pondelok 11.3.2019

Polievka Sedliacka (cestovina, šampiňóny, smotana, zelenina) (1,7,9)

Menu I. Kuracie stehno pečené na kyslej kapuste so slivkami

Prílohy: Zemiaková kaša (7)/Varené zemiaky s vňaťou

Menu II. Zbojnícke rezance (cesnak, slanina) (1)

Prílohy: Ryža/Slovenská ryža (1)

Menu III. Parené buchty plnené broskyňami & čokoládovým pudíngom (1,7)

Menu IV. Údené tofu s hrachovou kašou (6,11)

Menu V. Marinovaný kurací kebab, cesnakový dressing (1,6,7,9,10)

Príloha: Steakové hranolky

Kebab



Streda 13.3.2019

Polievka Cícerová (1,7)

Menu I. Bravčové karé so šampiňónovým prelívom (1,7)

Prílohy: Ryža/Hranolky

Menu Špeciál Jelenie soté na červenom víne (1)

Príloha: Slovenská ryža (1)

Menu III. Zemiakové pirohy s lekvárom a makom (1,3,7,12)

Menu IV. Brokolicovo-syrové placky, zemiaková kaša s kurkumou (1,3,7)

Menu V. Vyprášaný syr/camembert (1,3,7)

Príloha: Hranolky

Minútka



Piatok 15.3.2019

Polievka Boršč (1,7)

Menu I. Mexický guláš (bravčové mäso, hrášok, syr, pretlak) (1,7)

Prílohy: Ryža/Cestovina (1)

Menu Špeciál Kačacie prsia na ázijský spôsob (rybacia omáčka, hríby, paprika, wok zelenina) (1,4,11)

Príloha: Opekané rezance (1,3)

Menu III. Zapekané tagliatelle s orechmi a medom (1,7,8)

Menu IV. Smotanové zemiaky zapečené so zeleninou a syrom (3,7)

Menu V. Pizza Barbecue (kečup, káva, slanina, údený syr, cibuľa) (1,7)

Pizza



Sobota 16.3.2019

Polievka Pórková (1,7)

Menu I. Kuracie rezančky s omáčkou „Gorgonzola“ (1,7)

Príloha: Ryža

Menu II. Bravčové karé špikované slivkou nakladanou v slivovici, slivková omáčka

Príloha: Tlačené zemiaky s vňaťou (7)



Utorok 12.3.2019

Polievka Francúzska (1,9)

Menu I. Čiernohorský kurací rezeň, tatárska omáčka (1,3,7,10)

Prílohy: Varené zemiaky s vňaťou/
Steakové hranolky

Menu II. Šumajster s domácimi oškvarkami a slaninkou, uhorka (1)

Menu III. Ryžový nákyp s kompótom a sladkou penou (3,7,12)

Menu IV. Sójovo - zeleninový guláš, ryža (6)

Menu V. Pizza PROVINCIALE (paradajkový základ, šunka, slanina, kukurica) (1,7)

Pizza



Štvrtok 14.3.2019

Polievka Jókai (fazuľa, klobása, koreňová zelenina) (1,9)

Menu I. Bravčové stehno na rozmaríne, červená kapusta na pomarančoch

Príloha: Knedľa (1,3)

Menu II. Španielsky vtáčik (1,3,6,10)

Prílohy: Ryža/Tlačené zemiaky s vňaťou (7)

Menu III. Tvarohový twister, melta (1,7)

Menu IV. Pikantné kedgeree s tofu a vajcom, basmati ryža (3,6)

Menu V. Grilovaný oštiepok, marhuľový džem, listový šalát s mrkvou (7)

Prílohy: Tlačené zemiaky s vňaťou (7)/
Zemiakové plátky

Grill



Šéf kuchár odporúča:

Streda 13.3. Zemiakové pirohy s lekvárom a makom

Štvrtok 14.3. Španielsky vtáčik



menu Výživové hodnoty

Pondelok: 2760 kJ / 30g bielkovín / 45g tukov / 49g sacharidov

Utorok: 2650 kJ / 24g bielkovín / 23g tukov / 85g sacharidov

Streda: 2392 kJ / 31g bielkovín / 20g tukov / 76g sacharidov

Štvrtok: 2797 kJ / 29g bielkovín / 24g tukov / 86g sacharidov

Piatok: 2953 kJ / 31g bielkovín / 31g tukov / 83g sacharidov



Nedeľa 17.3.2019

Polievka Zeleninová s tekvicou a fazuľou

Menu I. "Gaskoňské rebierko" (slanina, šampiňóny, kyslá smotana) (1,7)

Príloha: Slovenská ryža (1)

Menu II. Pikantné morčacie kúsky (1)

Príloha: Ryža



ALERGÉNY v potravinách

- 1 **OBILNINY** obsahujúce lepok
(t.j. pšenica, raž, jačmeň, ovos, špalda, kamut
alebo ich hybridné odrody)
- 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 **SÓJOVÉ BÔBY** a výrobky z nich
- 7 **MLIEKO** a výrobky z neho, vrátane laktózy
- 8 **ORECHY**, ktorými sú mandle, lieskové orechy, vlašské orechy, kešu, pekanové orechy, para orechy, pistácie, makadamové orechy a queenslandské orechy a výrobky z nich
- 9 **ZELER** a výrobky z neho
- 10 **HORČICA** a výrobky z nej
- 11 **SEZAMOVÉ SEMENÁ** a výrobky z nich
- 12 **OXID SIRIČITÝ A SIRIČITANY**
v koncentráciách vyšších ako 10 mg/kg alebo 10mg/l
- 13 **VLČÍ BÔB** a výrobky z neho
- 14 **MÄKKÝŠE** a výrobky z nich

