

Jedálny lístok



7. Týždeň (11.2. - 17.2.2019)



Pondelok 11.2.2019

Polievka Kolumbia (šošovica, klobása, cibuľa, paradajky, zemiaky, smotana) (7)

Menu I. **Sviečková na smotane** (1,7,9,10)
Príloha: Knedľa (1,3)

Menu II. **Kuracie rezančky s grilovacím korením** (1)
Prílohy: Ryža/Steakové hranolky

Menu III. **Pudingový ryžový náryp s ovocím a škorivicou** (3,7,12)

Menu IV. **Chilli con Tofu, ryža** (6)

Menu V. **Kurací kebab zo stehna, jogurtový dresing** (1,6,7,9,10)
Príloha: **Steakové hranolky**

Kebab



Streda 13.2.2019

Polievka Polievka z pečenej tekvice s chilli

Menu I. **Bravčové karé v horčicovej marináde s opekanou cibuľkou** (1,10)
Prílohy: Ryža/Tlačené zemiaky s vňaťou (7)

Menu II. **Konfitované kačacie stehno, červená kapusta**
Prílohy: Knedľa (1,3)/Lokša (1)

Menu III. **Zemiakové šúľance s opraženou strúhankou preliate maslom** (1,3,7)

Menu IV. **Vegetariánske karí so sójovými bôbmi a batátmi (zázvor, kurkuma, biely jogurt)** (1,3,6,7,11)

Menu V. **Vyprášaný syr/camembert** (1,3,7)
Príloha: Hranolky

Minútka



Piatok 15.2.2019

Polievka Paradajková so syrom (1,7)

Menu I. **Kuracie rezance na čínsky spôsob (wok zelenina, pór)** (6,9)
Prílohy: Ryža/Opekané rezance (1,3)

Menu II. **Steak z krkovičky (170g) na hubovom guláši s viedenskou cibuľkou** (1)
Prílohy: Zemiaková kaša (7)/Ryža

Menu III. **Domáca žemľovka s jablkami a tvarohom** (1,3,7)

Menu IV. **Pórkové rizoto s orechmi a nivou** (7,8)

Menu V. **Pizza AL TONNO (paradajkový základ, mozzarella, tuniak, olivy)** (1,4,7)

Pizza



Sobota 16.2.2019

Polievka Vývar so zeleninou a šošovicou (9)

Menu I. **Kuracie rezančky so smotanovo-slaninovou omáčkou** (1,7)
Príloha: Slovenská ryža (1)

Menu II. **Domáca bravčová fašírka, uhorka**
Príloha: Zemiaková kaša (7)



Utorok 12.2.2019

Polievka Gulášová (1)

Menu I. **Diabolské rebierko (krkovička, chilli, pretlak, feferóny, cesnak)** (6)
Prílohy: Ryža/Slovenská ryža (1)

Menu II. **Vyprášaný karfiol, tatárska omáčka** (1,3,7,10)
Príloha: Varené zemiaky s vňaťou

Menu III. **Dvojfarebný liaty koláč s tvarohom** (1,3,7)

Menu IV. **Omáčka z hlavy ustricovej, celozrnné cestoviny** (1,7)

Menu V. **Pizza TARANTO (paradajkový základ, mozzarella, slanina, cibuľa, feferóny, kukurica)** (1,7)

Pizza



Štvrtok 14.2.2019

Polievka Zemiaková so šampiňónmi (9)

Menu I. **Vyprášané kuracie prsia** (1,3,7)
Prílohy: Sedliacky šalát/Ryža

Menu II. **Bravčové výpečky v keli, chlieb** (1,3)

Menu III. **Kakaový twister, melta** (1,7)

Menu IV. **Brokolicový náryp so smotanou a syrom** (3,7)

Menu V. **Pliškavica miešaná s údeným syrom na grile, ajvar** (3,7)
Prílohy: Tlačené zemiaky s vňaťou (7)/Hranolky

Grill



Šéf kuchár odporúča:

Pondelok 11.2. Sviečková na smotane
Štvrtok 14.2. Bravčové výpečky v keli, chlieb



menu Výživové hodnoty

Pondelok: 2323 kJ / 26g bielkovín / 18g tukov / 72g sacharidov

Utorok: 3638 kJ / 33g bielkovín / 39g tukov / 107g sacharidov

Streda: 3656 kJ / 59g bielkovín / 44g tukov / 78g sacharidov

Štvrtok: 2684 kJ / 22g bielkovín / 42g tukov / 46g sacharidov

Piatok: 2583 kJ / 15g bielkovín / 21g tukov / 90g sacharidov



Nedeľa 17.2.2019

Polievka Kulajda (1,7)

Menu I. **Mexické rezne (paradajky, paprika, cesnak, chilli)** (1)
Príloha: Ryža

Menu II. **Grilovaná klobása**
Príloha: Hranolky



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

