

# Jedálny lístok 38. TÝŽDEŇ (18.9. – 24.9.2023)

Jedáleň Aproxima



## Pondelok 18.9.2023

Polievka Údená (krúpy, zemiaky, koreňová zelenina) (1,9)

Menu I. **Bravčová panenka v sečuánskej omáčke** (paradajkový pretlak, chilli, cesnak, cibuľa, červené víno)

Príloha: ½ Ryža, ½ Hranolky

Menu II. **Hrachová kaša s opraženou cibuľkou, údené mäso, chlieb** (1,3)

Menu III. **Piškótový koláč s hruškami a citrónovou kôrou** (1,3,7)

Menu V. **Grilovaný oštiepok, marhuľový džem, listový šalát s julien mrkvou, bagetka** (1,3,7)



## Utorok 19.9.2023

Polievka Zemiaková gulášová (1)

Menu I. **Kuracie rezance s omáčkou "Quattro Formaggi", zeleninový šalát** (eidam, gouda, tavený syr, niva) (1,7)

Príloha: Farebná cestovina (1,3)

Menu II. **Bravčový bôčik pečený s cibuľou, kapusta** (1)

Príloha: Knedľa (1)

Menu III. **Kakaové osie hniezda, melta** (1,3,7)



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



## Streda 20.9.2023

Polievka Cesnaková s opraženým chlebom (1)

Menu I. **Rebierko s krustou balkánskeho syra, zeleninový šalát** (bravčová krkovička, balkánsky syr) (1,7)

Príloha: Slovenská ryža (1)

Menu II. **Hrniec „Chilliconcarne“, chlieb** (1,3)

Menu III. **Lievance s džemom sypané škoricovým cukrom** (jahodový džem, lesná zmes ovocia) (1,3,7,12)



Menu IV. **Penne s krémovou omáčkou z bazalkového pesta, opekané mandle** (1,7,8)



## Štvrtok 21.9.2023

Polievka Kelová s párkom (1)

Menu I. **Kuracie prsia obalené v strúhanke a ľanových semienkach, uhorka** (1,3,7)

Príloha: Zemiaková kaša (7)

Menu II. **Šampiňónová omáčka, pečené mäso** (1,7)

Príloha: Knedľa (1)

Menu III. **Tvarohový twister, melta** (1,3,7)



Menu IV. **Thajský sójový guláš, jazmínová ryža** (fazuľa, paradajky, mrkva, kyslá smotana) (7)



## Piatok 22.9.2023

Polievka Fazuľková kyslá (1,7)

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

Príloha: Ryža

Menu II. **Vyprážená niva, tatárska omáčka** (1,3,7,10)

Príloha: Americké zemiaky

Menu III. **Žemľovka s jabĺčkami a vlašskými orechmi** (1,3,7,8)

Menu V. **Cestovinový šalát s tuniakom** (cestoviny penne, špenát, fazuľové struky, majonéza) (1,3,4,10)



## Šéf kuchár odporúča:

Pondelok: **Bravčová panenka v sečuánskej omáčke**

Streda: **Hrniec „Chilliconcarne“, chlieb**



## Výživové hodnoty

Pondelok:

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

Streda: 3769 kJ / 24g bielkovín / 51g tukov / 92g sacharidov

Štvrtok: 3762 kJ / 35g bielkovín / 26g tukov / 146g sacharidov

Piatok:

# Zoznam alergénov v potravinách

- |  |   |  |  |
|--|---|--|--|
| <b>Obilniny</b> 1<br>obsahujúce lepok (šenica, raž, jačmeň, ovos, špalda, kamut alebo ich hybridné odrody) |    |    | <b>8 Orechy</b><br>ktorými sú mandle, lieskové orechy, vlašské orechy, kešu, pekanové orechy, para orechy, pistácie, makadamové orechy a queenslandské orechy a výrobky z nich |
| <b>Kôrovce</b> 2<br>a výrobky z nich   |    |    | <b>9 Zeler</b><br>a výrobky z neho   |
| <b>Vajcia</b> 3<br>a výrobky z nich  |    |    | <b>10 Horčica</b><br>a výrobky z nej   |
| <b>Ryby</b> 4<br>a výrobky z nich  |   |   | <b>11 Sezamové semená</b><br>a výrobky z nich  |
| <b>Arašidy</b> 5<br>a výrobky z nich   |  |  | <b>12 Oxid siričitý</b><br>a siričitany v koncentráciách vyšších ako 10 mg/kg alebo 10 mg/l  |
| <b>Sójové bôby</b> 6<br>a výrobky z nich   |  |  | <b>13 Vlčí bôb</b><br>a výrobky z neho   |
| <b>Mlieko</b> 7<br>a výrobky z neho, vrátane laktózy   |  |  | <b>14 Mäkkýše</b><br>a výrobky z nich  |