

Jedálny lístok 39. TÝŽDEŇ (26.9. – 2.10.2022)

Jedáleň Aproxima



Pondelok 26.9.2022

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

Menu I. **Bravčové karé v horčicovej marináde s opekanou cibuľkou, zeleninový šalát** (1,10)

Príloha: Pečené zemiaky na rasci

Menu II. **Kuracie kung-pao** (pór, arašidy, wok zelenina) (5,6,8)

Príloha: Opekané rezance (1,3,6)

Menu III. **Hanácke koláče** (1,3,7,12)

 Menu IV. **Šošovicové pyré, vajce** (3,7)



Utorok 27.9.2022

Polievka Zelerový krém s pečenou zeleninou (1,7,9)

Menu I. **Cesnaková omáčka, bravčové pečené** (1,7)
Príloha: Knedľa (1)

Menu II. **Pečené kuracie stehno, kompót** (1)
Príloha: Ryža

Menu III. **Šišky s ovocnou penou** (1,7)

 Menu IV. **Indická karí mrkva, zemiakovo-cícerový šalát** (baby mrkva, kyslá smotana) (7)



Streda 28.9.2022

Polievka Kelová s párkom (1)

Menu I. **Krkovička na paprikovo - fazuľovom ragú sypaná údeným syrom** (červená fazuľa, cesnak, paprika) (7)

Príloha: Zemiaková kaša (7)

Menu II. **Kuracie prsia s tymianom na hubovom rizote** (7)

Menu III. **Kokosový koláč s pudingom a jablkami** (1,3,7,8)

 Menu IV. **Ratatouille s opekaným tofu, pečené zemiaky s bylinkami** (paprika, cuketa, polpa) (6)



Štvrtok 29.9.2022

Polievka Zeleninová domáca (9)

Menu I. **Spišský salašnícky rezeň, zeleninový šalát** (bravčový rezeň plnený oštiepkom) (1,3,7)
Príloha: Tlačené zemiaky so slaninkou (7)

Menu II. **Hovädzie stehno na burgundskej omáčke** (brusnice, červené víno, koreňová zelenina) (1,9)
Príloha: Knedľa (1)

Menu III. **Tvarohový závin s lesným ovocím** (1,3,7)

 Menu IV. **Karfiolové karbonátky so zemiakovou kašou** (1,3,7)



Piatok 30.9.2022

Polievka Fazuľková kyslá (1,7)

Menu I. **Kuracie prsia zapečené s cuketou a mozzarellou** (1,7)

Príloha: Ryža

Menu II. **Vyprážený camembert, tatárska omáčka** (1,3,7,10)

Príloha: Varené zemiaky s vňaťou

Menu III. **Lievance s džemom sypané škoricovým cukrom** (1,3,7,12)

 Menu IV. **Zapečené cestoviny s rajčinami a mozzarellou** (1,7)



Šéf kuchár odporúča:

Pondelok: **Kuracie kung-pao**

Štvrtok: **Hovädzie stehno na burgundskej omáčke**



menu Výživové hodnoty

Pondelok: 2962 kJ / 15g bielkovín / 26g tukov / 68g sacharidov

Utorok: 2598 kJ / 13g bielkovín / 21g tukov / 103g sacharidov

Streda: 2370 kJ / 11g bielkovín / 27g tukov / 78g sacharidov

Štvrtok: 2379 kJ / 21g bielkovín / 16g tukov / 104g sacharidov

Piatok: 3000 kJ / 30g bielkovín / 21g tukov / 109g sacharidov

Zoznam alergénov v potravinách

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