

Týždenné obedové menu od 18.11.–22.11.2024

Pondelok 18.11.2024

Polievka: Zeleninový fit krém 250ml /1,7,9/

MENU 1 – Bravčový tokáň na slaninke (po našom) s bylinkovou semolínovou tarhoňou a nakladanými kyslými uhorkami 120g/200g /1,3,6,7,9,10,11/

MENU 2 – Bulgur Caesar salad s grilovanými kuracími prsiami, ľadovým šalátom, chrumkavými slaninovými čipsami, strúhaným parmezánom a domácim Caesar dresingom 350g /1,3,6,7,9,10,11/

MENU 3 – Fitness morčacie risotto so zeleninou a strúhaným parmezánom 350g /1,3,6,7,9,10,11/ **FIT**

MENU 4 – Batátový prívarok s kokosovým mliekom, domácim Falafelom s čerstvými bylinkami a koriandrom a pečeným pita chlebom 200g/120g /1,3,6,7,9,10,11/ **VEGGIE**

Utorok 19.11.2024

Polievka: Šošovicová na kyslo so zemiakmi 250ml /1,7,9/

MENU 1 – Bravčová panenka na fazuľových luskoch a prírodnej gravy omáčke s batátovým pyrém 120g/200g /1,3,6,7,9,10,11/

MENU 2 – Kuracie Kung Pao s jasmínovou ryžou a sweet chilli omáčkou 120g/200g/30g /1,3,6,7,9,10,11/

MENU 3 – Mexické taco risotto (jemne pikantné) s červenými fazuľkami, kukuricou, farebnou paprikou a írskym cheddarom 120g/200g /1,3,6,7,9,10,11/ **FIT**

MENU 4 – Zemiakový prívarok s kôprom a zeleninovou fašírkou v našej fit strúhanke so syrom 250g/120g /1,3,6,7,9,10,11/ **VEGGIE**

Streda 20.11.2024

Polievka: Kapustová s domácou klobásou 250ml /1,7,9/

MENU 1 – Kura na paprike (bez kosti a kože) s našimi špaldovými haluškami 120g/200g /1,3,6,7,9,10,11/

MENU 2 – Morčacie stripsy v našej fit strúhanke s pečenými zemiakmi a našou feferónkovou majonézou 120g/200g/30g /1,3,6,7,9,10,11/

MENU 3 – Šošovicový proteínový prívarok s koreňovou zeleninou, fritovanou cibuľkou a našou pečenou morčacou sekanou 250g/120g /1,3,6,7,9,10,11/ **FIT**

MENU 4 – Tofu wok teriyaki so zeleninou, jasmínovou ryžou a našim kapustovo mrkvovým šalátom 120g/200g/50g /1,3,6,7,9,10,11/ **VEGGIE**

Štvrtok 21.11.2024

Polievka: Paradajková s cestovinou 250ml /1,3,7,9/

MENU 1 – Pulled pork – pomaly pečené trhané bravčové s pečenými zemiakmi s rozmarínom a našim coleslaw šalátom s majonézou 120g/200g/50g /1,3,6,7,9,10,11/

MENU 2 – Schnitzel – kurací rezeň obalovaný v našej fit strúhanke s varenými zemiakmi s maslom a bylinkami s našou tatárskou omáčkou 120g/200g/30g /1,3,6,7,9,10,11/

MENU 3 – Bulgur s grilovanými kuracími prsiami, našim bazalkovým pestom, olivami, rukolou a strúhaným parmezánom 350g /1,3,6,7,9,10,11/ **FIT**

MENU 4 – Hlivový segedín s našim špaldovo celozrnným knedlíkom 120g/200g /1,3,6,7,9,10,11/ **VEGGIE**

Piatok 22.11.2024

Polievka: Gulášová s mletým mäsom 250ml /1,7,9/

MENU 1 – Mletý Holandský rezeň s goudou v našej fit strúhanke s lahodnou zemiakovou kašou a našim kapustovo mrkvovým šalátom 120g/200g/50g /1,3,6,7,9,10,11/

MENU 2 – Pečené kuracie stehno (v celku) plnené bylinkovou plnkou s jasmínovou ryžou 120g/200g /1,3,6,7,9,10,11/

MENU 3 – Fit koložvárska kapusta s mletým morčacím mäsom, tofu slaninkou, kyslou light smotanou a čerstvým chlebom 120g/200g /1,3,6,7,9,10,11/ **FIT**

MENU 4 – Talianske semolínové penne cestoviny s našou paradajkovou omáčkou, grilovanou zeleninou (cuketa, paprika, cherry paradajky), olivami a strúhaným parmezánom 350g /1,3,6,7,9,10,11/ **VEGGIE**