

**JEDÁLNY LÍSTOK MZSR**  
**17.12.2018 – 21.12.2018**

**PONDELOK 17.12.2018**

**Polievka:** Karfiolová číra 0,33l

1. Mexický hovädzí guláš / chilli, fazuľa/ 120g, dusená ryža 200g
  2. Kurací plátok na bazalke a tymiáne 120g, dusená ryža 200g, miešaný šalát 50g
  3. Zapekané cestoviny so šunkou a syrom 300g, kyslá uhorka 50g (1,3,7)
  4. Miešaný šalát so syrom niva 300g, toast, jogurtový dresing (1,3,7)
- Gurmán:** Kuracie prsia 150g, tzatziky dresing, pečené zemiaky 200g, zeleninová obloha 50g (7)
- Bezlep. menu :** Pikantné kuracie soté 120g, dusená ryža 200g, miešaný šalát

**UTOROK 18.12.2018**

**Polievka:** Mrkvový krém 0,33l (1,7)

1. Mäsovo-ryžové guľky 120g, paradajková omáčka, parená knedľa 200g (1,3,7)
  2. Kuracie stehno na jablkách a škorici 240g, dusená ryža 200g, miešaný šalát 50g
  3. Sójový guláš 0,4l, varené zemiaky 200g (6)
  4. Miešaný šalát s opečenou slaninkou 300g, toast, jogurtový dresing (1,3,7)
- Gurmán:** Grilovaná panenka/bravčová/150g, dubáková omáčka, pečené zemiaky 200g, zeleninová obloha 50g
- Bezlep. menu :** Cestovinový šalát s kuracím mäsom a syrom 300g (7)

**STREDA 19.12.2018**

**Polievka:** Šošovicová na kyslo 0,33l (1,7)

1. Bravčový plátok na prírodno 120g, slovenská ryža 200g, miešaný šalát 50g (1,3)
  2. Kuracie soté na karí korení 120g, dusená ryža 200g, miešaný šalát 50g
  3. Dukátové buchtičky s vanilkovo-rumovým krémom 300g, čerešňový kompót 50g (1,3,7)
  4. Miešaný šalát s tvarohom, hruškou a sušenými hrozičkami 300g, toast, medový dip (1,3,7,10)
- Gurmán:** Grilovaný losos 150g, kôprová omáčka, varené zemiaky 200g, zeleninová obloha 50g (4,7)
- Bezlep. menu :** Bolonské špagety, syr 300g, miešaný šalát 50g (7)

**ŠTVRTOK 20.12.2018**

**Polievka:** Hovädzí vývar s rezancami 0,33l (1,3,9)

1. Bravčové dusené na fazuľkách 120g, dusená ryža 200g, miešaný šalát 50g
  2. Kurací plátok na syrovej omáčke 120g, dusená ryža 200g, miešaný šalát 50g (1,7)
  3. Granatiersky pochod 300g, kyslá uhorka 50g (1,3)
  4. Miešaný šalát s kuracími nugetkami /na prírodno/300g, toast, jogurtový dresing (1,3,7)
- Gurmán:** Bačovský rezeň 150g/plnený bryndzou/, pečené zemiaky 200g, zeleninová obloha 50g(1,3,7)
- Bezlep. menu :** Fazuľovo-olivová omáčka so syrom, pečené zemiaky 300g, zeleninová obloha s polníčkom 50g (7)

**PIATOK 21.12.2018**

**Polievka:** Lusková na kyslo 0,33l (1,7)

1. Bravčové po staročesky /rasca, červené víno/120g, kolienka 200g, miešaný šalát 50g (1,7)

2. Kuracie Kung Pao 120g, dusená ryža 200g, miešaný šalát 50g (5)

3. Špenátový prívarok 0,4l, varené zemiaky 200g, volské oko 1 ks (1,3,7)

4. Miešaný šalát s avokádom a slnečnicovými semienkami 300g, toast, horčicovo-medový dip (1,3,7,10)

**Gurmán:** Hovädzie ragú s kuriatkami 150g, tarhoňa 200g, miešaný šalát 50g

**Bezlep. menu :** Ryžové rezance s tofu syrom a zeleninou 300g, zeleninová obloha 50g (6)

**ALERGÉNY:** 1. Obilniny obsahujúce lepok, 2. Kôrovce, 3. Vajcia, 4. Ryby, 5. Arašidy, 6. Sójové zrná, 7. Mlieko, 8. Orechy, 9. Zeler, 10. Horčica, 11. Sezamové semená, 12. Oxid siričitý a siričitany, 13. Vlčí bôb, 14. Mäkkýše

*Prajeme Vám dobrú chuť :-)*























