

# Jedálny lístok



17. TÝŽDEŇ (22.4. – 28.4.2024)

Jedáleň Aproxima



Deň Zeme

## Pondelok 22.4.2024

Polievka Hríbovo-zeleninová polievka s pohankou (7,9)

Menu I. **Kuracie prsia plnené špenátom a mozarellou, zeleninový šalát** (1,7)  
Príloha: Ryža

Menu II. **Pečený filet lososa na masle, šošovicový šalát** (4,7)  
Príloha: Tlačené zemiaky na masle (7)

Menu III. **Čokoládový koláč z červenej repy** (1,3,7)

Menu IV. **Zemiakový prívarok, volské oko, chlieb** (1,3,7)



## Streda 24.4.2024

Polievka Hrachová s opraženou žemľou (1)

Menu I. **Bravčové karé zapekané chrenovou pastou a syrom** (1,7)  
Príloha: Ryža

Menu II. **Kuracia pečeň na Benátsky spôsob, uhorka** (cibuľa, víno, balsamico, sójová omáčka) (6)  
Príloha: Tlačené zemiaky so slaninkou (7)

Menu III. **Kapustníky so škorícovým posypom** (1,3,7)

Menu IV. **Vegetariánska živánska s tofu** (cuketa, zemiaky, paprika, paradajky, tofu) (6)



## Piatok 26.4.2024

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

Menu I. **Zemiakové placky plnené kuracím mäsom na maďarský spôsob** (kuracie prsia, paradajky, paprika) (1,3)

Menu II. **Vyprážaná niva, tatárska omáčka** (1,3,7,10)  
Príloha: Hranolky

Menu III. **Ryžový náryp s tvarohom, jabíčkami a penou** (ryža, jablká, tvaroh, kompót) (3,7,12)

Menu V. **Šalát Nicoise** (vajcia, zemiaky, paradajky, olivy, tuniak, červená cibuľa) (1,3,4)



## Utorok 23.4.2024

Polievka Minestrone (zelenina, drvené paradajky, slanina) (9)

Menu I. **Kurací Cordon Bleu, tatárska omáčka** (plnený šunkou a syrom) (1,3,7)  
Príloha: Varené zemiaky s vňaťou (7)

Menu II. **Bravčové mäso na rozmaríne, červená kapusta**  
Príloha: Knedľa (1)

Menu III. **Tekvicová štrúdl'a** (1,3,7)

Menu IV. **Gnocchi s krémovou cesnakovou omáčkou sypané syrom** (1,3,7)



## Štvrtok 25.4.2024

Polievka Kyjevské šči (kyslá kapusta, ryža, bravčové mäso) (1)

Menu I. **Viedenský guláš** (bravčové mäso, pretlak, cibuľa) (1)  
Príloha: Knedľa (1)

Menu II. **Zvolenská pečienka, zeleninový šalát** (hovädzie mäso, restovaná cibuľka, slaninka a párky) (1)  
Príloha: Tarhoňa (1)

Menu III. **Liaty koláč so slivkami a drobenkou** (1,7)

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



## Šéf kuchár odporúča:

Utorok: **Kurací Cordon Bleu, tatárska omáčka**

Štvrtok: **Zvolenská pečienka, zeleninový šalát**

**FIT menu Výživové hodnoty**

Pondelok:

Utorok: 3052 kJ / 29g bielkovín / 29g tukov / 98g sacharidov

Streda: 1592 kJ / 18g bielkovín / 14g tukov / 45g sacharidov

Štvrtok: 2962 kJ / 44g bielkovín / 30g tukov / 79g 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  |