



## Objednajte si obed aj do práce alebo domov

po - pia od 8:00 do 13:30

na tel. čísle: 048 415 20 25 /0911 092 794 alebo na email [lunterkuchyna@alfabio.com](mailto:lunterkuchyna@alfabio.com)

pri objednávke nad 7 € doprava zadarmo

Platba možná stravnými lístkami, hotovosťou. **PLATBA KARTOU NIE JE MOŽNÁ!**

### Týždenné menu

DÁTUM	OZNAČENIE JEDLA	CENA	ALERGÉNY
<b>20.08.18</b> <b>Pondelok</b>	<b>Polievka:</b> 0,33l <b>Ostrokyslá</b>	1,50 €	6
	330 g <b>Jačmenné krúpy s ružičkovým kelom na paradajkách a tofu</b> /krúpy, ružičkový kel, pasírované paradajky, tofu, koreniny, bazalka, cesnak, cibuľa/	3,50 €	1,6
	330 g <b>Koložvárska Kapusta /nevyžaduje prílohu/</b> /natural ryža, mletá paprika, kyslá kapusta, mleté sójové mäso, tofu/	3,80 €	6
	230 g <b>Paprikáš z bieleho tofu, halušky</b> /naše biele tofu, kápi, červená paprika, sójový nápoj, cibuľa, polohrubá múka/	3,80 €	1,6
	<b>Prílohy:</b> 200 g <b>Natural ryža</b>	1,30 €	
	200 g <b>Halušky</b>	1,30 €	1
<b>21.08.18</b> <b>Utorok:</b>	<b>Polievka:</b> 0,33l <b>Gulášová</b>	1,50 €	6
	280 g <b>Tofu sekaná so špenátovým prívarkom</b> /naše tofu, bylinky, údená paprika, cibuľa, cesnak, špenát, sójový nápoj/	3,50 €	6
	250 g <b>Musur Dahl z červenej šošovice</b>	3,50 €	
	230g /batáty, mrkva, červená šošovica, cibuľa, kari korenie, kardamon, zázvor, bobkový list/		
	330 g <b>Lasagne s našim tofu a sezónnou zeleninou</b> /pasírované paradajky, bešamel, naše tofu, cibuľa, cesnak, cuketa, olivy, baklažán/	4,00 €	1,6
	<b>Prílohy:</b> 200 g <b>Natural ryža</b>	1,30 €	
	200 g <b>Pečené zemiaky</b>	1,30 €	
<b>22.08.18</b> <b>Streda:</b>	<b>Polievka:</b> 0,33l <b>Fazuľová kyslá</b>	1,50 €	1
	280 g <b>Brokolicové guľky s cuketovým krémom</b> /brokolica, mrkva, francúzske droždie, cuketa, biele tofu, okara, čerstvé bylinky/	3,50 €	6
	330 g <b>Cvikľové rizoto s rucolou a orechami</b> /cvikľa, rucola, vlašské orechy, soľ, natural ryža, koreniny/	3,80 €	8
	330 g <b>Domáce šúľance s makom a lesným ovocím</b> /zemiaky, múka, mak, lesné ovocie, trstinový cukor/	4,00 €	1
	<b>Prílohy:</b> 200 g <b>Natural ryža</b>	1,30 €	
	200 g <b>Zemiaková kaša</b>	1,30 €	
<b>23.08.18</b> <b>Štvrtok:</b>	<b>Polievka:</b> 0,33l <b>Mrkvová s koriandrom</b>	1,50 €	6
	280 g <b>Plnený kelový list s paradajkovou omáčkou</b> /kel, ryža, naše biele tofu, okara, kukuričná múka, koreniny, drvené paradajky/	3,50 €	6
	230 g <b>Rattatouille</b> /červená, zelená a žltá paprika, červená cibuľa, paradajky, baklažán, cuketa, pasírované paradajky, bylinky, šampiňóny/	3,50 €	6
	330 g <b>"Stir fry" zelenina s ázijskými rezancami</b> /čili, cuketa, šampiňóny, paprika, mangold, ázijské rezance bezvaječné, sójová omáčka/	4,00 €	6
	<b>Prílohy:</b> 200 g <b>Natural ryža</b>	1,30 €	
	200 g <b>Bulgur</b>	1,30 €	1
<b>24.08.18</b> <b>Piatok:</b>	<b>Polievka:</b> 0,33l <b>Krém z pečeného baklažánu</b>	1,50 €	
	230 g <b>Fazuľový prívarok s grilovanými sójovými párkami</b> /sójové párky, tekvica, zemiaky, pór, cibuľa, čerstvé bylinky, cicerová múka/	3,50 €	6
	280 g <b>Hrachová fašírka s tekvicovým curry krémom</b> /hrášok, hrach, tofu, okara, paprika, koreniny, bylinky, tekvica/	3,50 €	6
	330 g <b>Pastiersky zapekaný "koláč" /nevyžaduje prílohu/</b> /zemiaky, zemiaková kaša, cibuľa, mrkva, koriander, tymián, huby, sušené paradajky, šošovica, cicer, bylinky/	3,80 €	
	<b>Prílohy:</b> 200 g <b>Natural ryža</b>	1,30 €	
	200 g <b>Varené zemiaky</b>	1,30 €	

#### ZA POLOVICNÉ PORCIE JEDAL UČTUJEME 70% Z CENY

Malá porcia: 0,17 l Polievka

0,95 €

Malá porcia: 150 g Príloha (ryža, zemiaky, cestoviny)

0,90 €

**Alergény v potravinách:** 1. Obilniny - lepok 2. Kôrovce 3. Vajcia 4. Ryby 5. Arašidy 6. Sója 7. Mlieko 8. Orechy 9. Zeler 10. Horčica 11. Sezam 12. Oxid siričitý 13. Vičí bôb 14. Mäko

Zmena jedálneho lístku vyhradená!

ALFA BIO s.r.o., Kremnička 71, B. Bystrica, [alfabio@alfabio.com](mailto:alfabio@alfabio.com)

Jedálny lístok a receptúry pre Vás pripraví šéfkuchár Roman Filipčan

Prevádzka: Jedáleň zdravej výživy, Kollárová ul. 18, B. Bystrica, [jedalen@alfabio.com](mailto:jedalen@alfabio.com)