



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

pri objednávke nad 7 € doprava zadarmo

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

Týždenné menu

DÁTUM	OZNAČENIE JEDLA	CENA	ALERGÉNY
10.09.18 Pondelok:	Polievka: 0,33l Kapustovo - paradajková	1,50 €	⊗
	280 g Tofu sekaná s tekvicovým prívrakom /údené tofu, okara, drožie, tekvica, soľ, koreniny/	3,50 €	6 ⊗
	Novinka 230 g Tekvicový dhal /tekvica, mrkva, červená šošovica, cibuľa, kari korenie, kardamon, zázvor, bobkový list/	3,80 €	⊗
	330 g Zapekaná brokolica s karfiolom a mandľovými lupeňmi /brokolica, karfiol, bešamel, bylinky, cibuľa, koreniny, kukurica, zeler, mrkva, cícer, múka, mandľové lupene/	3,80 €	6,8,9 ⊗
	Prilož: 200g Natural ryža	1,30 €	⊗
	200g Varené zemiaky v šupke	1,30 €	⊗
11.09.18 Utorok:	Polievka: 0,33l Zemiakovo - pórový krém	1,50 €	⊗
	230 g Fazuľový guľáš /cibuľa, cesnak, paradajka, paprika, fazuľa, rasca, majorán, naše údené tofu/	3,50 €	6 ⊗
	330 g Rizoto so sušenými paradajkami, rukolou a olivami /sušené marinované paradajky, cibuľa, cesnak, olivy, rukola, opekané orechy/	3,80 €	8 ⊗
	330 g Sviečková s pečeným marinovaným tofu a celozrnnou knedľou /mrkva, zeler, sójový nápoj, koreniny, tofu, zeleninový vývar, celozrnná knedľa/	4,00 €	1,6 ⊗
	Prilož: 200 g Natural ryža	1,30 €	⊗
	200 g Celozrnná knedľa	1,30 €	1
12.09.18 Streda:	Polievka: 0,33l Minestrone	1,50 €	⊗
	280 g Špenátová fašírka s krémom z červenej šošovice /mladý špenát, okara, biele tofu, červená šošovica, soľ, koreniny/	3,50 €	6 ⊗
	330 g Pšeno zapekané so zeleninou a bylinkovým dressing /mrkva, hrášok, kukurica, červená paprika, paradajky, kurkuma, koreniny, sójový nápoj/	3,80 €	6 ⊗
	330 g Hubový perkelt s kolienkami /lesné hriby, sójový nápoj, cibuľa, cesnak, mletá paprika, zeleninový vývar, koreniny, cestovina/	4,00 €	1,6 ⊗
	Prilož: 200g Natural ryža	1,30 €	⊗
	200g Kolienka	1,30 €	1
13.09.18 Štvrtok:	Polievka: 0,33l Mexická polievka	1,50 €	1,9 ⊗
	280 g Cícerová fašírka s domácim tzaziky /cícer, naše tofu, uhorka, sójový nápoj, kôpor, cesnak, okara, soľ, francúzske drožie/	3,50 €	6 ⊗
	330 g Cviklový kus kus so špenátom a orechami + dressing /kus kus, cvikla, špenát, koreniny, mandle, cibuľa, sójový nápoj/	3,80 €	1,6,8 ⊗
	Novinka 330 g Hubovo - "mäsové" gule s paradajkovou omáčkou a cestovinou /huby, pasírované paradajky, cibuľa, cesnak, koreniny, cibuľa, sójová drť, údené tofu, cestovina/	4,00 €	1,6,10 ⊗
	Prilož: 200g Natural ryža	1,30 €	⊗
	200g Zemiaková kaša	1,30 €	6 ⊗
14.09.18 Piatok:	Polievka: 0,33l Tekvicová krémová	1,50 €	⊗
	280 g Karfiolová fašírka s kôprovou omáčkou /karfiol, tofu, okara, cibuľa, cesnak, majorán, rasca, tebi droždie/	3,50 €	6 ⊗
	330 g Cuketovo - hráškové rizoto /cuketa, hrášok, cibuľa, natural ryža, cesnak, cibuľa, koreniny/	3,80 €	⊗
	330 g Strapačky s kyslou kapustou a tofu škvarkami /zemiaky, polohrubá múka, soľ, korenie, kyslá kapusta, údené tofu/	3,80 €	1,6 ⊗
	Prilož: 200g Natural ryža	1,30 €	⊗
	200g Pečené zemiaky	1,30 €	⊗
ZA POLOVIČNÉ PORCIE JEDÁL ÚČTUJEME 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. Vlčí bôb 14. M

Zmena jedálneho lístku vyhradená!

ALFA BIO s.r.o., Kremnička 71, B.Bystrica, 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