



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
08.10.18 Pondelok:	Polievka: 0,33l Paradajková s bazalkou 230 g Záhradné zeleninové soté /hrášok, mrkva, brokolica, karfiol, kukurica, paradajky/ 330 g Stredozemské köfte s domácim tzatziki dressingom /cibuľa, cesnak, bulgur, naše údené tofu, chilli, petržlenová vňať, koreniny, soľ/ 330 g Francúzske zemiaky s dressingom /mleté sójové mäso, zemiaky, sójový nápoj, kávia, pór, cuketa, rasca/ Priložky: 200g Natural ryža 200g Bulgur	1,50 € 3,50 € 3,80 € 4,00 € 1,30 € 1,30 €	6 1,6 6 1
09.10.18 Utorok:	Polievka: 0,33l Tekvicová s kokosovým mliekom 280 g Karfiolová fašírka s kôprovou omáčkou /karfiol, tofu, okara, cibuľa, cesnak, majorán, rasca, tebi droždie, kôpor, sójový nápoj/ 330 g Rizoto so sušenými paradajkami, rukolou a olivami /sušené marinované paradajky, cibuľa, cesnak, olivy, rukola, opekané orechy/ 330 g Buchty na pare s makom /polohrubá múka, slivkový lekvár, mak, trstinový cukor/ Priložky: 200 g Natural ryža 200 g Varené zemiaky	1,50 € 3,50 € 3,80 € 4,00 € 1,30 € 1,30 €	6 6 8 1,6
10.10.18 Streda:	Polievka: 0,33l Hrášková s mäťou 230 g Chilli con "Carne" /chilli, fazuľa, kukurica, naše tofu, cibuľa, pasírované paradajky, bylinky/ 330 g Fašírka s tofu medvedí cesnak so špenátovou omáčkou /špenát, tofu medvedí cesnak, okara, cibuľa, sójový nápoj/ Novinka 330 g Domáca štrúdlia s pikantnou plnkou a omáčkou z pečených papriek /polohrubá múka, údené tofu, paprika, paradajky, oregano, cesnak, cibuľa, chilli papričky, olivy/ Priložky: 200g Natural ryža 200g Pučené zemiaky	1,50 € 3,50 € 3,50 € 4,00 € 1,30 € 1,30 €	6 6 6 1,6
11.10.18 Štvrtok:	Polievka: 0,33l Šošovicová na kyslo 230 g Hlivové ragú /hliva ustricová, lahôdkové tofu, paprika, paradajky, cesnak, čerstvý majorán, mrkva, petržlen/ Novinka 330 g Farfalle s krémom z pečenej tekvice Hokaido /cestovina, hokaido, sójový nápoj, tekvicové semenka, chilli, zázvor, koreniny/ 330 g Sviečková s pečeným marinovaným tofu a celozrnnou knedľou /mrkva, zeler, sójový nápoj, koreniny, tofu, zeleninový vývar, celozrnná knedľa/ Priložky: 200g Pečené zemiaky 200g Celozrnná knedľa	1,50 € 3,50 € 3,80 € 4,00 € 1,30 € 1,30 €	6 6 1,6 1,6
12.10.18 Piatok:	Polievka: 0,33l Boršč 280 g Fašírka z kyslej kapusty s paradajkovou omáčkou /kyslá kapusta, naše tofu, okara, zemiaky, pasírované zemiaky, koreniny/ 230 g Baklažánové kari /baklažán, kari koreníe, mladý hrášok, kokosový nápoj, koreniny, cibuľa/ 330 g Grilovaná zelenina - vrátane dressingu /nevyžaduje prílohu/ /cvikľa, zemiaky, mrkva, tekvica, cuketa, paprika, cibuľa, šampióny, petržlen, zeler, bylinky, olivový olej/ Priložky: 200g Natural ryža 200g Jačmenné krúpy	1,50 € 3,50 € 3,80 € 4,00 € 1,30 € 1,30 €	9 6 6,9 1
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 - lepek 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. 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