

Pondelok 23.1.

Pol 1/Pol FIT	Kurací vývar so zeleninou a rezancami ^{1,3,9} /Kurací vývar, 2x zelenina, bez rezancov ⁹ (92 kcal)
Pol 2	Hrachová zo žltého hrachu ⁷
Špec 1	300g Smažená ryža Nashi goreng (kuracie mäso, cesnak, jarná cibuľka, mrkva, huby, zázvor, sójová omáčka) ^{3,5,6,11}
Špec 2	300g Smažená ryža Nashi goreng (tofu, cesnak, jarná cibuľka, mrkva, huby, zázvor, sójová omáčka) ^{3,5,6,11}
Menu 1	150g Špíz z vykostených kuracích stehien, šafranová ryža s cuketou a hráškom ⁷
Menu 2	150g Vepřo, knedlo, zelo, domáca parená knedľa ^{1,3,7}
Menu 3	150g Vyprážený syr, varené zemiaky, naša tatárska omáčka ^{1,3,7,10,}
Fit 1	300g FIT Smažená ryža Nashi goreng (tofu) ^{3,5,6,11} (578 kcal)
Fit 2	150g FIT Špíz z vykostených kuracích stehien, 1/2 šafranová ryža s cuketou a hráškom, obloha ⁷ (525 kcal)

Utorok

Pol 1/Pol FIT	Kurací vývar so zeleninou a rezancami ^{1,3,9} /Kurací vývar, 2x zelenina, bez rezancov ⁹ (92 kcal)
Pol 2	Zeleninová ⁹
Špec 1	150g Bravčová panenka na ázijských rezancoch s arašidmi a praženou cibuľkou ^{5,6,11}
Menu 1	250g Pečené kuracie stehno so slaninou plnkou, dusená ryža, omáčka ^{1,3,7}
Menu 2	150g Segedínsky guláš s domácou parenou knedľou ^{1,3,7}
Menu 3	110g Encián pečený v lístkovom cestíčku, varené zemiaky, brusnicová omáčka ^{1,3,7}
Menu 4	300g Poké bowl Krevety/Kuracia/Tofu (ryža, zelenina, avokádo, bôby, sezam, mango, aioli, zálievka) ^{2,3,6,10,11}
Pol Big 1	120g/750ml Polievka Pho bo/Pho ga (hovädzie/kuracie mäso, ryžové rezance, koriander, cibuľka, sójové kľíčky, chili) ⁶
Fit 1	300g FIT Poké bowl Kuracia/Tofu ^{3,6,10,11} (544 kcal)
Fit 2	250g FIT Pečené kuracie stehno so slaninou plnkou, 1/2 dusená ryža, omáčka, obloha ^{1,3,7} (570 kcal)

Streda

Pol 1/Pol FIT	Kurací vývar so zeleninou a rezancami ^{1,3,9} /Kurací vývar, 2x zelenina, bez rezancov ⁹ (92 kcal)
Pol 2	Slepá gulášová
Špec 1	150g Fish and Chips z tresky, naša tatárska omáčka ^{1,3,4,7,10}
Menu 1	150g Tikka masala (vykostené kuracie stehná, koriander, zázvor, karí, chilli, cesnak, jogurt), ryža s koriandrom ⁷
Menu 2	150g Kurací steak s medovo horčicovou omáčkou a pečenými zemiakmi ^{7,10}
Menu 3	300g Baklažánová parmigiana di melanzane, domáci chleba ^{1,3,7}
Menu 4	300g Poké bowl Krevety/Kuracia/Tofu (ryža, zelenina, avokádo, bôby, sezam, mango, aioli, zálievka) ^{2,3,6,10,11}
Pol Big 1	120g/750ml Polievka Pho bo/Pho ga (hovädzie/kuracie mäso, ryžové rezance, koriander, cibuľka, sójové kľíčky, chili) ⁶
Fit 1	300g FIT Poké bowl Krevety ^{2,3,6,10,11} (466 kcal)
Fit 2	150g FIT Tikka masala, 1/2 ryža s koriandrom, obloha ⁷ (501 kcal)

Štvrtok

Pol 1/Pol FIT	Kurací vývar so zeleninou a rezancami ^{1,3,9} /Kurací vývar, 2x zelenina, bez rezancov ⁹ (92 kcal)
Pol 2	Mrkvová s kokosom ⁷
Špec 1	150g Tel'ací Wienerschnitzel, zemiakový šalát ^{1,3,7,10}
Menu 1	150g Kurací steak s ratatouille zeleninou a dusenou ryžou ⁷
Menu 2	150g Maďarský guláš s červenou cibuľou, domáca parená knedľa ^{1,3,7}
Menu 3	200g Dhal z červenej šošovice a cíceru, dusená ryža 2ks volské oko ^{3,7,11}
Menu 4	300g Parené buchty plnené slivkami, posypané makom/strúhankou, preliate maslom ^{1,3,7}
Pol Big 1	175g/700ml Veľká Držková polievka s domácim kváskovým chlebíkom ^{1,7}
Fit 1	150g FIT Kurací steak s ratatouille zeleninou a 1/2 dusenou ryžou, obloha ⁷ (532 kcal)
Fit 2	200g FIT Dhal z červenej šošovice a cíceru, 1/2 dusená ryža, 1x volské oko ^{3,7,11} (495 kcal)

Piatok

Pol 1/Pol FIT	Kurací vývar so zeleninou a rezancami ^{1,3,9} /Kurací vývar, 2x zelenina, bez rezancov ⁹ (92 kcal)
Pol 2	Paradajková
Špec 1	200g Zeleninovo-mäsová gyoza so sójovou omáčkou a zeleninou ^{1,3,5,6,11}
Menu 1	150g 18hodín pečená bravčová krkovička, krupoto s kyslou kapustou, slaninou a parmezánom ⁷
Menu 2	150g Vykostené kuracie stehná, tzatziki, pečené zemiaky ⁷
Menu 3	300g Špenátové halušky so syrovo-smotanovou omáčkou a viedenskou cibuľkou ^{1,3,7}
Menu 4	300g Zapekané palacinky s BÉBÉ pudíngom plnené tvarohom a marhuľami, omáčka z bielej čokolády ^{1,3,7}
Fit 1	200g FIT Zeleninovo-mäsová gyoza so sójovou omáčkou a 2x zeleninou ^{1,3,5,6,11} (518 kcal)
Fit 2	300g FIT Špenátové halušky so syrovo-smotanovou omáčkou a bez viedenskou cibuľkou ^{1,3,7} (602 kcal)