



Objednajte si obed aj do práce alebo domov

po - **pia od 7:00 do 14:00 na tel. číslach:**

048 415 20 25, 0911 092 794 alebo na email: lunterkuchyna@alfabio.com

pri objednávke nad 7 € doprava zadarmo

Platba možná stravnými lístkami, hotovosťou aj platobnou kartou

Týždenné menu

DÁTUM	OZNAČENIE JEDLA	CENA	ALERGÉNY
09.01.17	Polievka: 0,33 l Paradajková	1,20 €	6
Pondelok	280 g Grilované Tofu s petržlenovo-tymiánovým pyré /marinované tofu,bylinky,údená paprika,petržlen,tymián/	3,10 €	6
	250 g Zeleninové Curry /karfiol,hrášok,mladý špenát,naše biele tofu,cibuľa,zemiaky/	3,30 €	6
	320 g Zapekaná brokolica s karfiolom a mandľovými lupeňmi /brokolica,karfiol,bešamel,bylinky,cibuľa,koreniny,kukurica,zeler, mrkva,cícer.múka/	3,50 €	1
	Prílohy: 200 g Natural ryža	1,00 €	6
	200 g Pečené zemiaky	1,00 €	6
10.01.17	Polievka: 0,33 l Francúzska cibuľová s krutónmi/alebo bez/	1,20 €	6
Utorok:	280 g Šampiňónová fašírka s pikantnou omáčkou /šampióny,tofu,okara,cibuľa,cesnak,bylinky/	3,10 €	6
	350 g Risotto s lesnými hubami a hráškom /lesné hriby,ryža natural,hrášok,bylinky/	3,50 €	6
	330 g Penne so sušenými paradajkami,olivami a grilovanou zeleninou /semolinové cestoviny,extra panenský olivový olej,cibuľa,cesnak,bylinky,cuketa,paprika/	3,90 €	1
	Prílohy: 200 g Pohanka	1,00 €	6
	200 g Varené zemiaky	1,00 €	6
11.01.17	Polievka: 0,33 l Hrášková s údeným tofu	1,20 €	6
Streda:	280 g Pohankovo-šampiňónová sekaná so zeleninovou omáčkou /pohanka,okara,cibuľa,cesnak,šampióny,kukurica,múka,tebi/	3,10 €	6
	330 g Zapekaná cuketa s kukuričným bešamelom /cuketa,šampiňóny,cibuľa,kukurica,múka,baklažán,passirované paradajky/	3,50 €	6
	Novinka 330 g Zemiakové gul'ky plnené hubami s karamelizovanou cibuľkou /zemiaky,zmes húb,múka polohrubá,biela cibuľa,červená cibuľa, oliv.olej, droždie,koreniny/	3,90 €	1
	Prílohy: 200 g Natural ryža	1,00 €	6
	200 g Pšeno	1,00 €	6
12.01.17	Polievka: 0,33 l Kapustnica	1,20 €	6
Štvrtok:	280 g Plnený kelový list s hrachovou kašou /kelový list,ryža,okara,tofu,bylinky,koreniny,cesnak,cibuľa/	3,10 €	6
	330 g "Stir fry" zelenina s ázijskými rezancami /čili,cuketa,šampióny,paprika,mangold,ázijské rezance bezvaječné,sójová omáčka/	3,50 €	6
	330 g Jablková žemľovka s tofu tvarohom /pečivo,čerstvé jablká,hrozienka,biele tofu,škoricca,sójové mlieko,vanilkové struky/	3,90 €	1,6
	Prílohy: 200 g Pečené zemiaky	1,00 €	6
	200 g Natural ryža	1,00 €	6
13.01.17	Polievka: 0,33 l Zemiakovo pórový krém	1,20 €	6
Piatok:	350 g Kotlíkový gul'áš /nevýžaduje prílohu/ /cibuľa,cesnak,paradajka,paprika,zemiaky,rasca,majorán,naše údené tofu/	3,10 €	6
	300 g Maroko kus kus s koriandrovým "dipom" /cícer,hrozienka,cesnak,zázvor,koriander,farebné papriky,cuketa,červená cibuľa,pomaranč,čerstvá mäta,kus kus/	3,30 €	6,1
	280 g Pečený marinovaný karfiol s zelerovou omáčkou /karfiol,oregáno,tymián,morská soľ,štvorfarebné korenie,curry korenie/	3,50 €	9
	Prílohy: 200 g Pečené zemiaky	1,00 €	6
	200 g Natural ryža	1,00 €	6
ZA POLOVIČNÉ PORCIE JEDÁL ÚČTUJEME 70% Z CENY			
	Malá porcia: 0,17 l Polievka	0,75 €	
	Malá porcia: 150 g Príloha (ryža, zemiaky, cestoviny)	0,70 €	

Alergény v potravinách: 1. Obilniny - lepok2.Kôrovce3.Vajcia4.Ryby 5.Arašidy 6.Sója7.Mlieko8.Orechy9.Zeler10.Horčica11.Sezam12.Oxid siričitý13.Vičí bôb14.Mäk

Zmena jedálneho lístku vyhradená!

ALFA BIO s.r.o., Kremnička 71, B.Bystrica, alfabio@alfabio.com

Jedálny lístok a receptúry pre Vás pripravil šéfkuchár Jozef Lupták

Prevádzka: Lunter kuchyňa, Kollárová ul. 18, B. Bystrica, jedalen@alfabio.com