



## 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](mailto:lunterkuchyna@alfabio.com)

pri objednávke nad 7 € doprava zadarmo

Platba možná stravnými lístkami, hotovosťou aj platobnou kartou

### Týždenné menu

DÁTUM	OZNAČENIE JEDLA	CENA	ALERGÉNY
<b>14.08.17</b> <b>Pondelok:</b>	<b>Polievka:</b> 0,33 l <b>Držková polievka z hlívy</b>	<b>1,20 €</b>	
	230 g <b>Musur Dahl z červenej šošovice</b> /sladké zem, mrkva, červená šošovica, cibuľa, kari korenie, kardamon, zázvor, bobkový list/	<b>3,10 €</b>	
	330 g <b>Rattatouille</b> /červená, zelená a žltá paprika, červená cibuľa, paradajky, baklažán, cuketa, pasírované paradajky, bylinky, šampiňóny/	<b>3,30 €</b>	
	330 g <b>Sviečková s pečeným marinovaným tofu a celozrnnou knedľou</b> /mrkva, zeler, sójové mlieko, koreniny, tofu, zeleninový vývar, celozrnná knedľa/	<b>3,50 €</b>	<b>1,6,9</b>
	<b>Prilohy:</b>		
	200 g <b>Natural ryža</b>	<b>1,00 €</b>	
	200 g <b>Celozrnná knedľa</b>	<b>1,00 €</b>	<b>1</b>
<b>15.08.17</b> <b>Utorok:</b>	<b>Polievka:</b> 0,33 l <b>Ostrokyslá polievka</b>	<b>1,20 €</b>	<b>6,9</b>
	230 g <b>Chilli sin Carne</b> /chilli, fazuľa, kukurica, naše tofu, cibuľa, pasírované paradajky, bylinky/	<b>3,10 €</b>	<b>6</b>
	330 g <b>Kus Kus s pečenou tekvicou, zázvorom, koriandrom+byl.dressing</b> /kus kus, sójová omáčka, chilli korenie, paprika, cesnak, koriander, dyňové semiačka, tekvica/	<b>3,50 €</b>	<b>6</b>
	330 g <b>Zeleninový Quiche</b> /lístkové cesto, paradajka, cuketa, cesnak, brokolica, karfiol, biele tofu, koreniny, soľ/	<b>3,90 €</b>	<b>1,6</b>
	<b>Prilohy:</b>		
	200 g <b>Natural ryža</b>	<b>1,00 €</b>	
	200 g <b>Pšeno</b>	<b>1,00 €</b>	
<b>16.08.17</b> <b>Streda:</b>	<b>Polievka:</b> 0,33 l <b>Batátový krém</b>	<b>1,20 €</b>	
	230 g <b>Karfiolové kari s tofu a kokosovým mliekom</b> /karfiol, tofu lahôdkové, cicer, paradajky pasír, kokosová smotana, kokosové mlieko, koreniny, zázvor, cesnak, cibuľa, špenát/	<b>3,10 €</b>	<b>6</b>
	280 g <b>Jamajský veggie burger s pikantným dipom</b> /tofu biele, okara, kukurica, hrášok, červená paprika, cibuľa, cesnak, pažitka/	<b>3,50 €</b>	<b>6</b>
	<b>Novinka</b> 280 g <b>Domáce parené buchty s lekvárom a kakaom</b> /múka, sójové mlieko, slivkový lekvár, kakao, cukor/	<b>3,90 €</b>	<b>1,6</b>
	<b>Prilohy:</b>		
	200 g <b>Natural ryža</b>	<b>1,00 €</b>	
	200 g <b>Varené zemiaky</b>	<b>1,00 €</b>	
<b>17.08.17</b> <b>Štvrtok:</b>	<b>Polievka:</b> 0,33 l <b>Krém z červenej šošovice</b>	<b>1,20 €</b>	
	280 g <b>Cícerová fašírka s našim domácim tzatziky</b> /cicer, biele tofu, čerstvý koriander, cesnak, morská soľ, francúzske droždie, okara, štvorfarebné korenie, cibuľa/	<b>3,10 €</b>	<b>6</b>
	330 g <b>Risotto s lesnými hubami a hráškom</b> /lesné hriby, ryža natural, hrášok, bylinky/	<b>3,50 €</b>	<b>6</b>
	330 g <b>Fazuľové Nachos s limetkovo-koriandrovým dressingom</b> /fazuľa, údené tofu, drvené paradajky, paprika, koriander, cibuľa, cesnak, kukuričné lupienky, limetka/	<b>3,90 €</b>	<b>1,6</b>
	<b>Prilohy:</b>		
	200 g <b>Pečené zemiaky</b>	<b>1,00 €</b>	
	200 g <b>Natural ryža</b>	<b>1,00 €</b>	
<b>18.08.17</b> <b>Piatok:</b>	<b>Polievka:</b> 0,33 l <b>Zeleninový vývar</b>	<b>1,20 €</b>	<b>9</b>
	280 g <b>Čevapčiči s paradajkovou omáčkou</b> /zemiaky, okara, tofu, čerstvé bylinky, soľ, korenie, cibuľa, cesnak/	<b>3,10 €</b>	<b>6</b>
	330 g <b>Špenátové linguine so sušenými paradajkami</b> /linguine, sušené paradajky, čerstvý špenát, snečnicové semiačka, zmes korenín, soľ/	<b>3,30 €</b>	<b>1</b>
	330 g <b>Tortilla wrap /nevyžaduje prílohu/</b> /grilované tofu, paradajky, ľadový šalát, červená cibuľa, mrkva, bylinkovo-cesnaková sojanéza/	<b>3,50 €</b>	<b>1,6</b>
	<b>Prilohy:</b>		
	200 g <b>Zemiaková kaša</b>	<b>1,00 €</b>	
	200 g <b>Natural ryža</b>	<b>1,00 €</b>	
<b>ZA POLOVIČNÉ PORCIE JEDÁL ÚČTUJEME 70% Z CENY</b>			
	<b>Malá porcia:</b> 0,17 l <b>Polievka</b>	<b>0,75 €</b>	
	<b>Malá porcia:</b> 150 g <b>Príloha (ryža, zemiaky, cestoviny)</b>	<b>0,70 €</b>	

**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. M

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: Lunter Kuchyňa, Kollárová ul. 18, B. Bystrica, [jedalen@alfabio.com](mailto:jedalen@alfabio.com)