



## Objednajte si obed aj do práce alebo domov

po - pia od 8:00 do 13:30 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>04.12.17</b> <b>Pondelok:</b>	<b>Polievka:</b> 0,33 l <b>Karfiolová</b>	<b>1,20 €</b>	1, 6, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 98, 99, 100
	280 g <b>Brokolicové guľky s cesnakovým krémom</b> /brokolica, mrkva, francúzske drożdžie, cesnak, biele tofu, okara, sójový nápoj/	<b>3,30 €</b>	6
	330 g <b>Bulharská sarma</b> /sójové mäso, okara, pasírované paradajky, kapustný list, koreniny, kyslá kapusta/	<b>3,50 €</b>	6
	330 g <b>"Držky" z hlívy na smotane, halušky</b> /hlíva, sójový nápoj, cibuľa, cesnak, koreňová zelenina, soľ, korenie, čerstvé bylinky/	<b>3,90 €</b>	1, 6, 9
	<b>Prilohy:</b> 200 g <b>Halušky</b>	<b>1,00 €</b>	1
	200 g <b>Natural ryža</b>	<b>1,00 €</b>	1
<b>05.12.17</b> <b>Utorok:</b>	<b>Polievka:</b> 0,33 l <b>Hrstková</b>	<b>1,20 €</b>	1, 6, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 98, 99, 100
	280 g <b>Karfiolová faširka s kôprovou omáčkou</b> /karfiol, tofu, okara, cibuľa, cesnak, majorán, rasca, tebi drożdžie, kôpor/	<b>3,30 €</b>	6
	230 g <b>Kung Pao Tofu</b> /pak choi, farebná paprika, arašidy, sójová omáčka, cesnak, mladá kukurica, naše tofu/	<b>3,50 €</b>	5, 6, 9
	280 g <b>Pečený marinovaný karfiol s zelerovou omáčkou</b> /karfiol, oregáno, tymián, morská soľ, štvorfarebné korenie, curry korenie, zeler, sójový nápoj/	<b>3,90 €</b>	6, 9
	<b>Prilohy:</b> 200 g <b>Varené zemiaky</b>	<b>1,00 €</b>	1
	200 g <b>Natural ryža</b>	<b>1,00 €</b>	1
<b>06.12.17</b> <b>Streda:</b>	<b>Polievka:</b> 0,33 l <b>Zemiakovo - pórový krém</b>	<b>1,20 €</b>	1, 6, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 98, 99, 100
	280 g <b>Pohankovo-šampiánová sekaná so zeleninovou omáčkou</b> /pohanka, okara, cibuľa, cesnak, šampióny, kukuričná múka, tebi drożdžie/	<b>3,30 €</b>	6, 9
	330 g <b>Kus Kus s pečenou tekvicou, zázvorom, koriandrom+byl.dressing</b> /kus kus, sójová omáčka, chilli korenie, paprika, cesnak, koriander, tekvicové semienka, tekvica/	<b>3,50 €</b>	1, 6
	330 g <b>Pečené tofu so "smotanovo" hribovou tarhoňou</b> /lahôdkové tofu, tarhoňa, lesné huby, cibuľa, cesnak, koreniny, sójové mlieko/	<b>3,90 €</b>	1, 6
	<b>Prilohy:</b> 200 g <b>Natural ryža</b>	<b>1,00 €</b>	1
	200 g <b>Jačmenné krúpy</b>	<b>1,00 €</b>	1
<b>07.12.17</b> <b>Štvrtok:</b>	<b>Polievka:</b> 0,33 l <b>Tradičná japonská Miso polievka *</b>	<b>1,50 €</b>	1, 6, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 98, 99, 100
	280 g <b>Hrášková faširka s batátovým krémom</b> /tofu, hrášok, okara, cibuľa, cesnak, koreniny, batáty/	<b>3,30 €</b>	6
	330 g <b>Farfalle s brokolicovo "smotanovou" omáčkou</b> /cestoviny farfalle, sójový nápoj, brokolica, cibuľa, cesnak, koreniny, soľ/	<b>3,50 €</b>	1, 6
	330 g <b>Falafel v Arabskom chlebe s bylinkovo-cesnakovým dressingom</b> /cicer, koriander, cesnak, rímska rasca, čerstvá zelenina/	<b>3,90 €</b>	1, 6
	<b>Prilohy:</b> 200 g <b>Natural ryža</b>	<b>1,00 €</b>	1
	200 g <b>Pečené zemiaky</b>	<b>1,00 €</b>	1
<b>08.12.17</b> <b>Piatok:</b>	<b>Polievka:</b> 0,33 l <b>Minestrone</b>	<b>1,20 €</b>	1, 6, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 98, 99, 100
	280 g <b>Cviklová faširka s chrenovou omáčkou</b> /cvikla, biele tofu, chren, sójový nápoj/	<b>3,30 €</b>	6, 9, 11
	330 g <b>Kotlíkový guľáš /nevyžaduje prílohu/</b> /cibuľa, cesnak, paradajka, paprika, zemiaky, rasca, majorán, naše údené tofu/	<b>3,50 €</b>	6
	330 g <b>Krémové wasabi rizoto</b> /Arborio ryža, biele víno, wasabi, pór, avokádo, cesnak, limetka, mladý špenát/	<b>3,90 €</b>	6
	<b>Prilohy:</b> 200 g <b>Natural ryža</b>	<b>1,00 €</b>	1
	200 g <b>Pučené zemiaky s cibuľkou</b>	<b>1,00 €</b>	1
<b>ZA POLOVICNÉ PORCIE JEDAL UCTUJEME 70% Z CENY</b>			
	<b>Malá porcia:</b> 0,17 l <b>Polievka</b>	<b>0,75 €</b>	<b>*0,95€</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. Vič 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, Kollárova ul. 18, B. Bystrica, [jedalen@alfabio.com](http://jedalen@alfabio.com)