



Objednajte si obed aj do práce alebo domov

po - pia od 8:00 do 13:30

na tel. čísle: 048 415 20 25 alebo na email luntermkuchyna@alfabio.com

pri objednávke nad 7 € doprava zadarmo

Platba možná stravnými lístkami, hotovosťou aj platobnou kartou

Týždenné menu

DÁTUM	OZNAČENIE JEDLA	CENA	ALERGÉNY
15.01.18 Pondelok:	Polievka: 0,33 l Gulášová	1,20 €	6
	330 g Brokolicové guľky s cuketovým krémom /brokolica, mrkva, francúzske drożdžie, huby, biele tofu, okara, čerstvé bylinky/	3,30 €	6
	Novinka 330g Thajské vegan curry so sójovými kockami /sójové kocky, kokosové mlieko, baklažán, zelené fazuľky, paprika, koreniny, bazalka/	3,50 €	6
	330 g Lasagne s našim tofu a sezónnou zeleninou, paradajková omáčka /pasírované paradajky, bešamel, naše tofu, cibuľa, cesnak, cuketa, olivy, baklažán/	3,90 €	1,6
	Prílohy: 200 g Pučené zemiaky s cibuľkou	1,00 €	
	200 g Natural ryža	1,00 €	
16.01.18 Utorok:	Polievka: 0,33 l Karfiólová	1,20 €	
	280g Tofu karbonátok s tekvicovým prívarkom /tofu, okara, tekvica, údená paprika, sójový nápoj, koreniny/	3,30 €	6
	Novinka 330g Tagliatelle s pestom z čiernych olív /tagliatelle, čierne olivy, vlašské orechy, olivový olej, cesnak, bazalka, koreniny, sušené paradajky/	3,50 €	1,8
	330 g Zemiaková placka s pikantnou pochúťkou /zemiaky, polohrubá múka, naše sójové mlieko, paprika, paradajky, chilli, cuketa, cibuľa, cesnak, sójové mäso/	3,90 €	1,6
	Prílohy: 200 g Natural ryža	1,00 €	
	200 g Varené zemiaky	1,00 €	
17.01.18 Streda:	Polievka: 0,33 l Hokaido	1,20 €	
	230 g Tofu "Stroganoff" /červená cibuľa, lesné hriby, kyslé uhorky, horčica, tofu lahôdkové, cesnak, sójový nápoj, petržl.vňat/	3,30 €	6
	330 g Risotto s cvikľovo-orieškovým pestom /natural ryža, cibuľa, cesnak, pečené orechy, cvikľa, paprika, mladá zelená fazuľka/	3,50 €	8
	330 g Indická samosa plnená zeleninou - vrátane dressingu /karfiol, hrášok, pór, kardamon, koriander, curry, cibuľa, tofu/	3,90 €	1,6
	Prílohy: 200 g Pohanka	1,00 €	
	200 g Natural ryža	1,00 €	
18.01.18 Štvrtok:	Polievka: 0,33 l Fazuľová na kyslo s údeným tofu	1,20 €	6
	280 g Zelerová faširka so šalátom Coleslaw /zeler, mrkva, tofu, okara, paprika, koreniny, bylinky, kapusta biela/	3,50 €	6,9
	330 g Farebný Bulgur/ nevyžaduje prílohu/ /žltá, zelená a červená paprika, mladý špenát, cuketa, paradajky, hrášok, kukurica, brúsená pšenica/	3,50 €	1
	Novinka 330g Pečené tofu s zeleninovou omáčkou a bylinkovou polentou /tofu, mrkva, petržlen, bylinky, kukuričná krupica, koreniny, cesnak/	3,90 €	6
	Prílohy: 200 g Natural ryža	1,00 €	
	200 g Pečené zemiaky	1,00 €	
19.01.18 Piatok:	Polievka: 0,33 l Zeleninová krémová	1,20 €	9
	230 g Kung Pao Tofu /pak choi, farebná paprika, arašidy, sójová omáčka, cesnak, mladá kukurica, naše tofu/	3,30 €	5,6
	330 g Zapekané cestoviny so sezónnou zeleninou, dressing /cestovina, lahôdkové tofu, špenát, tekvica, cibuľa, karfiol, kukurica, olivy čierne, sój. bešamel/	3,50 €	1,6
	330g Grilované tofu s hribovou omáčkou, celozrnná knedľa /tofu, zmes lesných hřibov, sójový nápoj, cibuľa, celozrnná knedľa, koreniny/	3,90 €	1,6
	Prílohy: 200 g Natural ryža	1,00 €	
	200 g Celozrnná knedľa	1,00 €	1

ZA POLOVICNÉ PORCIE JEDAL UCTUJEME 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 - 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

Jedálny lístok a receptúry pre Vás pripraví šéfkuchár Roman Filipčan

Prevádzka: Jedáleň zdravej výživy, Kollárová ul. 18, B. Bystrica, jedalen@alfabio.com