

**Pondelok 12.8.2024**

Polievky : A: Slepací vývar so zeleninou a cestovinou (1,3,6,9) /75kcal,314kJ/

0,3l B: Hrachová s krutónmi (1,6) /140kcal,586kJ/

Hlavné jedlá :

1. |150/250g Bravčový maďarsko-rumunský tokáň s kolienkami (1,7) /699kcal,2925kJ/

2. |150/250g Kurací vyprážaný rezeň so zemiakovou kašou a kyslou uhorkou (1,7) /601kcal,2515kJ/

3. |450/50g Šošovicový prívarok s volskými okami a chlebom (1,3,7) /590kcal,2469kJ/

Utorok 13.8.2024

Polievky : A: Slepací vývar so zeleninou a cestovinou (1,3,6,9) /75kcal,314kJ/

0,3l B: Žurek (1,3,7) /211kcal,883kJ/

Hlavné jedlá :

1. |150/250g Kurací gyros steak s tzatziky omáčkou s opekanými zemiakmi a listový šalát (7) /722kcal,3021kJ/

2. |150/250g Pečená krkovička s dusenou kapustou a domácou parenou knedľou (1,3,7) /706kcal,2954kJ/

3. |400/100g Zeleninové krupoto so syrom a rukolou (1,7) /498kcal,2084kJ/

Streda 14.8.2024

Polievky : A: Slepací vývar so zeleninou a cestovinou (1,3,6,9) /75kcal,314kJ/

0,3l B: Balkánska zeleninová krémová polievka (1,7) /138kcal,577kJ/

Hlavné jedlá :

1. |150/250g Bravčový plátok na námornický spôsob s hráškovou ryžou (1,3) /715kcal,2992kJ/

2. |150/250g Kuracie na prírodno s anglickou zeleninou a varenými zemiakmi (1) /763kcal,3192kJ/

3. |200/250g Farfalle s cuketou, paprikou, šampiňónmi a syrom (1,3,7) /739kcal,3092kJ/

Štvrtok 15.8.2024

Polievky : A: Slepací vývar so zeleninou a cestovinou (1,3,6,9) /75kcal,314kJ/

0,3l B: Zeleninový boršč s kyslou smotanou (1,7,9) /132kcal,552kJ/

Hlavné jedlá :

1. |150/250g Kuracie capresse s mozzarellou a paradajkovým ragú s penne rigate cestovinou (1,3,7) /880kcal,3682kJ/

2. |150/250g Bravčová panenka s teriyaki omáčkou s opekanými zemiakmi a listovým šalátom (6) /708kcal,2962kJ/

3. |200/300g Vyprážany karfiol s varenými zemiakmi a tatárskou omáčkou (1,3,7) /740kcal,3096kJ/

Piatok 16.8.2024

Polievky : A: Slepací vývar so zeleninou a cestovinou (1,3,6,9) /75kcal,314kJ/

0,3l B: Falošná gulášová (6,9) /141kcal,590kJ/

Hlavné jedlá :

1. |240/250g Peruánske kuracie stehno s aji verde omáčkou s mrkvovo-zemiakovou kašou a kapustovým šalátom (1,7) /699kcal,2925kJ/

2. |150/250g Bravčový paprikáš s haluškami (1,3,7) /736kcal,3079kJ/

3. |250/250g Vyprážaný syr s varenými zemiakmi s petržlenovou vňaťou a tatárskou omáčkou (1,3,7) /925kcal,3870kJ/



Sobota 17.8.2024

Polievka : Chrenová so slaninkou (6,7) /156kcal,653kJ/
0,3l

Hlavné jedlá :

1. |150/250g Vyprážený bravčový rezeň so zemiakovou kašou (1,3,7) /880kcal,3682kJ/
2. |150/250g Kežmarský bravčový rezeň s dusenou ryžou (7) /722kcal,3021kJ/

Nedeľa 18.8.2024

Polievka : Mrkvová so zázvorom (7) /156kcal,653kJ/
0,3l

Hlavné jedlá :

1. |150/250g Bravčové soté s paprikou a dusenou ryžou /695kcal,2908kJ/
2. |150/250g Vyprážený kurací rezeň so zemiakovou kašou (1,3,7) /880kcal,3682kJ/

Týždenné extra menu

Hlavné jedlá :

4. |350g Listový šalát s GymBeam tuniakom, vajíčkom, bylinkovým dressingom a krutónmi (1,3,4,7) /450kcal,1883kJ/
5. |500g Sladké ovocné gombocce so strúhankou a ragú z lesného ovocia (1,3,7) /1170kcal,4895kJ/
6. |450g Cous-cous šalát so zeleninou, sušenými paradajkami a vajíčkom (1,3) /513kcal,2146kJ/

Dezert

Je možný na objednávku len počas výdaja (Pondelok-Piatok; Obed-Večera)

| | | |
|------|------------------------------------|-------|
| 100g | Brownies s lesným ovocím (1,3,6,7) | 1,99€ |
| 100g | Karamelový veterník (1,3,6,7) | 1,99€ |
| 100g | Cheesecake slaný karamel (1,3,7) | 1,99€ |

Alergény: 1. Obilniny obsahujúce lepok (t. j. pšenica, raž, jačmeň, ovos, špalda, kamut alebo ich hybridné odrody), 2. Kôrovce a výrobky z nich, 3. Vajcia a výrobky z nich, 4. Ryby a výrobky z nich, 5. Arašidy a výrobky z nich, 6. Sójové zrná a výrobky z nich, 7. Mlieko a výrobky z neho, 8. Orechy, ktorými sú mandle, lieskové orechy, vlašské orechy, kešu, pekanové orechy, para orechy, pistácie, makadamové orechy a queenslandské orechy a výrobky z nich, 9. Zeler a výrobky z neho, 10. Horčica a výrobky z nej, 11. Sezamové semená a výrobky z nich, 12. Oxid siričitý a siričitany v koncentráciách vyšších ako 10mg/kg alebo 10 mg/l, 13. Vlčí bôb a výrobky z neho, 14. Mäkkýše a výrobky z nich.
Pôvod mäsa: Kuracie – Ukrajina, Bravčové – Belgicko, Hovädzie - Írsko

Otváracie hodiny: Pondelok – Nedeľa
Obed 10:00-13:00 Večera 18:00 – 19:00 Nočná (balené) po 19:00

Prevádzka: Precise Kantína GymBeam , Rastislavova 93,Košice

Váha mäsa je určená v surovom stave, pred tepelnou úpravou.