



Pondelok 21.10.2024

Polievky : A: Slepáčí vývar so zeleninou a cestovinou (1,3,6,9) /75kcal,314kJ/
0,3l B: Hrachová s majoránom a krutónmi (1,6) /160kcal,669kJ/

Hlavné jedlá :

1. |150/250g Znojenský bravčový guláš so slovenskou ryžou (1,3) /832kcal,3481kJ/
2. |150/400g Kuracie plátky s hlivovou omáčkou a fusilli (1,7) /653kcal,2732kJ/
3. |250/330g Pikantné cícerové ragú so zeleninou
s bylinkovými opekanými zemiakmi a mrkvový šalát /689kcal,2883kJ/

Utorok 22.10.2024

Polievky : A: Slepáčí vývar so zeleninou a cestovinou (1,3,6,9) /75kcal,314kJ/
0,3l B: Chrenová krémova so slaninkou (1,6,7,9) /93kcal,389kJ/

Hlavné jedlá :

1. |200/310g Bravčový vrabec s dusenou kyslou kapustou
s domácou parenou knedľou (1,3,7) /790kcal,3305kJ/
2. |150/250g Kuracie chilli s mexickou zeleninou s dusenou ryžou (1,7) /638kcal,2669kJ/
3. |120/300g Grilovaný encián s opekanými zemiakmi a brusnicovou omáčkou (7) /586kcal,2452kJ/

Streda 23.10.2024

Polievky : A: Slepáčí vývar so zeleninou a cestovinou (1,3,6,9) /75kcal,314kJ/
0,3l B: Žurek (1,3,6,7) /200kcal,837kJ/

Hlavné jedlá :

1. |150/350g Kuracie capresse s mozzarellou, fusilli cestovinou
a drvenými paradajkami (1,3,7) /698kcal,2920kJ/
2. |150/250g Bravčový plátok s teriyaki omáčkou s mrkvovo-zázvorovou zemiakovou kašou
a listovým šalátom (6,7) /673kcal,2816kJ/
3. |250/250g Hlivový paprikáš s domácimi haluškami (1,3,7) /645kcal,2699kJ/

Štvrtok 24.10.2024

Polievky : A: Slepáčí vývar so zeleninou a cestovinou (1,3,6,9) /75kcal,314kJ/
0,3l B: Zemiakovo-baklažánový krém (1,6,7) /193kcal,808kJ/

Hlavné jedlá :

1. |150/250g Bravčový vyprážaný rezeň so zemiakovou kašou a uhorkovým šalátom (1,3,7) /954kcal,3992kJ/
2. |150/250g Kurací kežmarský rezeň s prírodnou omáčkou, paprikovými zemiakmi
a cviklou (1,7) /634kcal,2653kJ/
3. |350/100g Parené buchty s ovocným džemom s maslom a kakaom (1,3,7) /689kcal,2883kJ/

Piatok 25.10.2024

Polievky : A: Slepáčí vývar so zeleninou a cestovinou (1,3,6,9) /75kcal,314kJ/
0,3l B: Šošovicová so zeleninou a cestovinou (1,3,6,7) /130kcal,544kJ/

Hlavné jedlá :

1. |150/250g Kuracie rezance so syrovou omáčkou s penne rigate (1,3,7) /664kcal,2778kJ/
2. |150/350g Rybie filé s citrónovo-estragónovou omáčkou
s anglickou zeleninou a opekanými zemiakmi (4,7) /588kcal,2460kJ/
3. |120/250g Vyprážaný syr s varenými zemiakmi s petržlenovou vňaťkou
a tatárskou omáčkou (1,3,7) /925kcal,3870kJ/



Sobota 26.10.2024

Polievka: Špenátová s liatym vajíčkom (3,6,7) /129kcal,540kJ/
0,3l

Hlavné jedlá:

1. |150/250g Vyprážený bravčový rezeň so zemiakovou kašou (1,3,7) /983kcal,4113kJ/
2. |150/250g Kuracie soté s dusenou ryžou (6) /486kcal,2033kJ/

Nedeľa 27.10.2024

Polievka: Karfiolová krémová (6,7) /129kcal,540kJ/
0,3l

Hlavné jedlá:

1. |150/250g Bravčové na prírodno so slovenskou ryžou (1,3) /673kcal,2816kJ/
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. |450g Dukátové buchtičky s vanilkovým pudíngom a lesným ovocím (1,3,7) /1400kcal,5858kJ/
6. |450g Bulgurový šalát so zeleninou, feta syrom a pečenou mrkvou (1,3,7) /395kcal,1653kJ/

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	Punčový rez (1,3)	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. Vlíč 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.