



Pondelok 28.4.2025

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

0,3l B: Fazuľková na kyslo (1,6,7) /140kcal,586kJ/

Hlavné jedlá :

1. |150/250g Debrecínsky bravčový guláš s tarhoňou (1,3,7) /636kcal,2661kJ/

2. |150/250g Kurací steak so šampiňónovou omáčkou s opekanými zemiakmi a listovým šalátom (1,7) /713kcal,2983kJ/

3. |200/250g Cous cous s mexickou zeleninou, tofu v zemiakovom cestičku a paradajkové ragú (1,3,6) /607kcal,2540kJ/

Utorok 29.4.2025

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

0,3l B: Falošná gulášová (1,6,9) /257kcal,1075kJ/

Hlavné jedlá :

1. |150/250g Bravčový paprikáš s kolienkami (1,3) /788kcal,3297kJ/

2. |150/250g Vyprážané kuracie rezne v kukuričnej strúhanke so zemiakovou kašou a čalamádou (1,3,7) /646kcal,2703kJ/

3. |450g Penne s cuketou, paprikou, šampiňónmi a syrom a rukolou (1,3,7) /559kcal,2339kJ/

Streda 30.4.2025

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

0,3l B: Šampiňónová so zeleninou (1,6,9) /190kcal,795kJ/

Hlavné jedlá :

1. |240/250g Gazdovské plnené kuracie stehno s dusenou ryžou a kompótom (1,3,7) /402kcal,1682kJ/

2. |150/160g Bravčová sviečková na smotane s domácou parenou knedľou (1,3,7,9) /643kcal,2690kJ/

3. |200/300g Šampiňónový paprikáš s haluškami (1,3,7) /739kcal,3092kJ/

Štvrtok 1.5.2025

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

0,3l B: Mrkvovo-tekvicový krém (6,7) /190kcal,795kJ/

Hlavné jedlá :

1. |150/250g Kurací perkelt s maslovými haluškami (1,3) /402kcal,1682kJ/

2. |150/250g Bravčová pečeň na maďarský spôsob s dusenou mrkvovou ryžou (1) /643kcal,2690kJ/

3. |250/250g Karfiolové kari s cicerom a tofu s opekanými zemiakmi (1,3,6) /739kcal,3092kJ/

Piatok 2.5.2025

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

0,3l B: Cesnaková krémová s krutónmi (1,6,7) /298kcal,1247kJ/

Hlavné jedlá :

1. |150/250g Kuracie plátky s prírodnou omáčkou, anglickou zeleninou a dusenou ryžou (1,7,9) /783kcal,3276kJ/

2. |200/400g Mäsové guľky s paradajkovo - paprikovou omáčkou a varenými zemiakmi (1,3,7) /661kcal,2766kJ/

3. |120/250g Vyprážaný syr s varenými zemiakmi s petržlenovou vňaťkou a tatárskou omáčkou (1,3,7) /925kcal,3870kJ/



Sobota 3.5.2025

Polievka : Fazuľová polievka so zeleninou a liatym cestom (1,3,6,9) /302kcal,1264kJ/
0,3l

Hlavné jedlá :

1. |150/250g Kuracie ragú so šampiňónmi a halušky (1,3,7) /669kcal,2799kJ/
2. |150/250g Vyprážaný bravčový rezeň so zemiakovou kašou (1,3,7) /983kcal,4113kJ/

Nedeľa 4.5.2025

Polievka : Fazuľová polievka so zeleninou a liatym cestom (1,3,6,9) /302kcal,1264kJ/
0,3l

Hlavné jedlá :

1. |150/250g Bravčové na prírodno s hráškovou ryžou (1) /730kcal,3054kJ/
2. |150/250g Kuracie na čínsky spôsob s dusenou ryžou (6,11) /503kcal,2105kJ/

Týždenné extra menu

Hlavné jedlá :

4. |350g Listový šalát so šunkou, syrom, zeleninou, krutónmi a jogurtovým dressingom (1,7) /676kcal,2828kJ/
5. |500g Palacinky s citrónovo - tvarohovým krémom s GymBeam čokoládovým prelivom (1,3,7) /770kcal,3222kJ/
6. |450g Cestovinový šalát s antipasti zeleninou, sušenými paradajkami, parmezánom a rukolou (1,3,7) /643kcal,2690kJ/

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. Vlíči 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.