



FOOD TIME

Gramáž*	PONDELOK 04.11.2024	Alergény
0,33l	Tekvicová mliečna	1,3,6,7,9
77g	1. Kurací plátok na námornícky spôsob, dusená ryža, cvikla	1,6,7,9,10,12
200g	2. Langoš s cesnakom 1ks, strúhaný syr, tatárska omáčka, chrumkavá cibuľka	1,3,7,10,12
300g	3. Hrachová kaša, pečený špekáčik 1ks, chlieb	1,7,9
350g	4. Ryžové rezance, s kúskami kuracích prs, sušené paradajky artičoky, mladý hrášok, rímsky šalát, teriyaki dressing	6,9,12 BJ
96g	5. Bravčová panenka, šošovicové ragú s koreňovou zeleninou, viedenská cibuľka	1,7,9
Gramáž*	UTOROK 05.11.2024	Alergény
0,33l	Hovädzí vývar s pečevnými haluškami	1,3,7,9
110g	1. Vyprážený kurací rezeň v syrovom cestíčku, varené zemiaky s petrž. vňaťou, tatárska omáčka	1,3,7,10,12
80g/200g	2. Zeleninové ratatouille, pečené tofu kocky, jazminová ryža	1,6,7,9
350g	3. Bryndzové pirohy, kyslá smotana, vypečená slanina	1,3,7
350g	4. Listový šalát, rizoto z hokkaido tekvice, dressing z kyslej smotany s kôprom, tekvicové semiačka	7 BJ
96g	5. Divinový guláš, žemľová knedľa	1,3,7,10
Gramáž*	STREDA 06.11.2024	Alergény
0,33l	Kelová so zemiakm	1,3,6,7,9
77g	1. Pivný bravčový guláš (pivo, paprika, rajčiny), halušky	1,3,6,7,9,10
350g	2. Višňovo maková štrúdlia, mlieko	1,3,7
160g	3. Marinované kuracie stehno v bielom jogurte a sweet chilli, ½ pečené zemiaky, ½ tarhoňa	1,3,6,7
150g/150g	4. Cottage s cviklou, ľadovým šalátom, uhorkou, malinový dressing, celozrnné pečivo	1,3,7
96g	5. Kurací steak, omáčka z karamelizovanej červenej cibulky, zemiakovo - zelerové pyré, malý šalát	1,3,7,9
Gramáž*	ŠTVRTOK 07.11.2024	Alergény
0,33l	Frankfurtská s párkom	1,3,6,7,9
77g	1. Hovädzie varené, chrenová omáčka, domáca parená knedľa	1,3,7,9
110g	2. Syrové nugetky, šalát mix (paprika, rajčiny, uhorka, mrkva, listy) , petržlenové pesto, tmavé pečivo	1,3,7,8
350g	3. Pizza koláč, syr, šunka, šampiňóny, olivy, kukurica, paradajky	1,3,7
350g	4. Mix šalát (listy, mrkva, uhorka, jalapeños papričky, červená cibuľa, paprika) moravské mäso, chrenová majonéza, kaiserka	1,3,7,8,10
96g	5. Hovädzie kocky, omáčka z hrubozrnej horčice, zemiakové pyré, malý šalát	1,7,10
Gramáž*	PIATOK 08.11.2024	Alergény
0,33l	Brokolicová krémová s krutónmi	1,3,6,7,9
77g	1. Kurací steak s rímskou rascou a cesnaku, tlačené zemiaky s cibuľkou, mrkvový šalát s jablkami	1,6,7
350g	2. Šúľance s maslom a orechovou posýpkou	1,3,7,8
77g	3. Živánska (zemiaky, bravčové mäso, klobása, paprika, cibuľa, slanina), horčica	6,7,9,10 BJ
350g	4. Tortilla plnená kuracím mäsom, ľadovým šalátom, paprikou, rukolou a uhorkou so sweet chilli majonézou, pečivo	1,3,6,7
110g	5. Pečená tilapia na bylinkách, pažitková omáčka, paradajková ryža	1,4,7

Kantína Ingeo, Bytčická 16, 010 01 Žilina

Objednávky telefonicky: 0910 598 395

Otvorené: pondelok – piatok 10:30 – 13:00

*Gramáž mäsa, prílohy a omáčky je uvedená po tepelnej úprave. Váha mäsa v surovom stave je 130g.

Alergény: 1 Obilniny / 2 Kôrovce / 3 Vajcia / 4 Ryby / 5 Arašidy / 6 Sója / 7 Mlieko / 8 Orechy / 9 Zeler / 10 Horčica / 11 Sezam / 12 Oxid siričitý a siričitany /

* možnosť prípravy bez alergénov **Váha mäsa je uvádzaná po tepelnej úprave.**