

# MENU

30.T	PO	UT	ST	ŠT	PIA
U1					
U2					
U3					
U4					
U5					
U6					
U7					
U8					
U9					
U10					
U11					
U11	Celý týždeň:				
U12					
U13					
U14					
UK					

	PO	UT	ST	ŠT	PIA	SO	NE
U17							
U17	Celý týždeň:						
U18							
U18	Celý týždeň:						

Meno	
Adresa	
Som novým objednávateľom	<input type="checkbox"/>
Mobil	
Email	
<input type="checkbox"/> Súhlasím so spracovaním osobných údajov	
<input type="checkbox"/> Súhlasím s použitím na marketingové účely	

## Ohľadom objednávok volajte príslušné distribučné miesta!

Distribučné miesta	Zákaznícka linka	e-mail
Dunajská Streda	031/3810 203	dunajskastreda@update1sk.sk
Galanta	0905 244 682	galanta@update1sk.sk
Nové Zámky	0905 214 066	novezamky@update1sk.sk
Kolárovo	0915 655 773	bioshopkolarovo@gmail.com
Komárno	0917 789 789	objednavky@zdravejedla.sk
Veľký Meder	0948 149 309	reformavelkymeder@hotmail.com

**Jedlá môžu obsahovať 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 10 mg/kg alebo 10 mg/l; 13. Vlíč bôb a výrobky z neho; 14. Mäkkýše a výrobky z nich.

## Čo treba vedieť o update menu

**Update1 kód:** Tento typ stravovania odporúčame počas celého dňa, ale vo vyrovnannej a rozumnej miere. Hotové jedlá neobsahujú pridaný cukor. K príprave zákuskov, rôznych druhov pečiva a cestovín používame Update 1 náhradu múky so zníženými sacharidmi, ktoré sú nahradené rastlinnými proteínmi a cennou vlákninou. Charakterizuje ich nízky glykemický index, spôsobujú pocit nasýtenia. Ich vysoký obsah vlákniny čistí tráviaci trakt, napomáhajú chudnutiu, ale sú vhodné aj do jedálneho lístka diabetikov.

**Update2 kód:** Výrobky, ktoré patria do tejto skupiny, zodpovedajú predchádzajúcim požiadavkám, len majú len o 30% znížený obsah sacharidov. V malej miere obsahujú hnedú (prírodnú) ryžu, zemiaky, prípadne celozrnné obilniny alebo fruktózu. V čase obeda sú ešte prijateľné do vyváženého chudnutia.

**Update3 kód:** Výrobky obsahujú taký tuk, cukor a múku, ktoré sú bohaté na rafinované sacharidy. Na ich výrobu sa používa rafinovaný cukor a múka. Náhle zvyšujú hladinu cukru v krvi a nabádajú organizmus k nadprodukcii inzulínu, čím vyvolávajú pocit hladu a prejedanie sa. Takéto druhy potravín Update neponúka. Nie je potrebné hladovať, denne by ste mali jesť 3-4 krát. Odporúčame, aby ste sa počas dňa venovali športu cca pol hodinu, ale nie kvôli chudnutiu, ale pre udržanie si celkového duševného a fyzického zdravia.

**Update odporúčame aplikovať počas celého života, nakoľko to nie je kúra, ale životný štýl.**

Usilujeme sa preto presvedčiť čím viac ľudí k uvedomenému spôsobu života, ktorým prispievajú k boju proti obezite, cukrovke a srdcovo-cievnyim ochoreniam. Obetujte radšej teraz viac pre kvalitu svojho života ako neskôr na lieky! Veľa úspechov!

### Informácie týkajúce sa objednávky

Jedlá distribuuje Update 1 Slovakia s.r.o.

#### Termín odoslania objednávky:

- týždenná objednávka: cez kuriéra alebo cez Update predajne, odoslať predchádzajúci týždeň do piatka do 12.00 hod
- dodatočná objednávka alebo zrušenie objednávky: predchádzajúci pracovný deň do 10.00 hod.
- Minimálna hodnota objednávky: 2,50/deň

**Rozvoz/dodanie:** Rozvoz jedál môže byť spolplatný. Výšku poplatku si určujú jednotlivé predajne osobitne. Ceny zahŕňajú baliace náklady a DPH.

#### Prijímame stravovacie poukážky:

Ticket Restaurant, Le Cheque Dejeuner, Vaša Slovensko, Doxx.

**Radi vám pomôžeme počas pracovných dní od 8.00 hod. do 16.00 hod. (viď nižšie telefónne čísla príslušných distribučných miest).**

**Bezpečná technológia:** Hotové jedlá zabezpečujeme postupom rýchleho chladenia podľa noriem EÚ a takto ich bezpečne rozvážame (bez pridania konzervačných látok).

**Balenie:** jednorazové, s možnosťou zohrievania v mikrovlnnej rúre. Prosíme vás, aby ste hotové jedlá skladovali v chladničke a pred spotrebovaním ich zohriali!

#### Hotové jedlá a množstvo použitých základných potravín:

Polievky: 4 dl  
Prívarky: 4 dl + mäsová príloha (v surovom stave 60-80g)  
Mäso (v surovom stave): 140-160g  
Prílohy: 200-250g

#### Celodenné menu:

**U17 – celodenné menu WOMAN,** ktoré sa skladá z 5 jedál (menšie porcie): konzumáciu je nutné rozdeliť na celý deň s cca 3 hodinovým odstupom medzi jednotlivými jedlami. Podľa vlastného výberu si môžete vybrať, ktoré jedlo budete konzumovať na desiatu/obed/olovrant/večeru/raňajky.

**U18 – celodenné KETO menu,** ktoré sa skladá z 5 jedál (menšie porcie): konzumáciu je nutné rozdeliť na celý deň s cca 3 hodinovým odstupom medzi jednotlivými jedlami. Podľa vlastného výberu si môžete vybrať, ktoré jedlo budete konzumovať na desiatu/obed/olovrant/večeru/raňajky.

**Tekutiny:** Odporúčaná denná dávka tekutiny – minimálne 2 litre. Navrhujeme Update1 nápoje, čaje s Update1 sladidlami, neochutené minerálky. Káva a mliečna káva je povolená, avšak treba rátať s odvodnením a doplniť si dostatočne tekutiny. Pre dosiahnutie redukcie hmotnosti už neodporúčame konzumáciu jedál nad rámec celodenného menu. Nezabúdajte aj na pohyb.



**update**

30. týždeň - 20.7. - 26.7.2020

JEDZ DOBRE,  
ČIŤ SA DOBRE



bez pridaného cukru,  
so zníženým obsahom  
sacharidov,  
bez zvýrazňovačov chuti

**bez kompromisov!**

Široký sortiment  
potravín  
pre zdravý životný  
štýl

**VHODNÉ**

pre diabetikov, pre športovcov pre celú rodinu

30. týždeň		PONDELOK 20.7.		UTOROK 21.7.		STREDA 22.7.		ŠTVRTOK 23.7.		PIATOK 24.7.	
U1	Polievka	Kubánska višňová polievka, so sladidlami (tonková fazuľa s korením, vanilkou) . CH: 29,3g Alergény: 6,7,8	3,05 €	Hrášková polievka so sladidlami, Update maslové halušky . CH: 20,7g Alergény: 1,3,6,7,9	2,84 €	Krémová jahodová polievka so sladidlami, s tvarohom . CH: 28,5g Alergény: 6,7	3,11 €	Hríbová polievka "Börzsönyi" s Update mrvič-kou (3 druhy hríbov, smotana) . CH: 15,4g Alergény: 1,3,6,7,9	2,84 €	Smotanová krémová malinová polievka, so sladidlami . CH: 15,7g Alergény: 1,6,7	3,00 €
U2	Polievka	Smotanová polievka s fazuľových strukov so sladidlami, s údenou krkovičkou . CH: 16,4g Alergény: 3,6,7,9	3,20 €	Smotanová morčacia ragú polievka . CH: 11,7g Alergény: 1,6,7,9	3,32 €	Slepačia polievka "Újházy" (kuracie prsia, zelenina, hríby) . CH: 8g Alergény: 1,3,6,7,9	3,30 €	Polievka "Palóc" so sladidlami . CH: 16,2g Alergény: 1,6,7,9	3,36 €	Polievka s pečevnými haluškami . CH: 17,7g Alergény: 1,3,6,9	3,30 €
U3	Prívarok	Hráškový prívarok so sójovými klíčkami so sladidlami, pečené chudé morčacie rezance . CH: 44,1g Alergény: 1,6,7,12	5,27 €	Jogurtový prívarok z fazuľových strukov, so sladidlami, vyprázaný syr . CH: 32,4g Alergény: 1,6,7,9	5,18 €	Smotanovo syrový karfiolový prívarok, so sladidlami, pečené párky zatočené v bacone . CH: 25,5g Alergény: 3,6,7,9	5,32 €	Špenátový prívarok, varené vajce . CH: 28,8g Alergény: 1,3,6,7,9	5,14 €	Paradajková kapusta, so sladidlami, chudé pečené bravčové mäso . CH: 33g Alergény: 1,6	5,16 €
U4	Prívarok	Hráškový prívarok so sójovými klíčkami so sladidlami, Update malý viedenský rezeň . CH: 52,8g Alergény: 1,3,6,7	5,36 €	Jogurtový prívarok z fazuľových strukov, so sladidlami, Update grilované kúsky kuracích prs . CH: 23,2g Alergény: 1,3,6,7,9	5,14 €	Smotanovo syrový karfiolový prívarok, so sladidlami, kuracie kúsky na rošte . CH: 25g Alergény: 6,7,9,12	5,20 €	Špenátový prívarok, Update vyprázaná parížska šunka . CH: 47,6g Alergény: 1,3,6,7,9	5,18 €	Paradajková kapusta, so sladidlami, Update kuracia sekaná . CH: 44,1g Alergény: 1,3,6,7	5,14 €
U5	Cestoviny	Update hríbovo masové lasagne, so sladidlami . CH: 48,5g Alergény: 1,3,6,7	5,93 €	Update penne s pestom, so sladidlami, strúhaný parmezán, kuracie kúsky na rošte . CH: 49,7g Alergény: 1,3,6,7,9,12	6,14 €	Update fusilli s omáčkou so 4 druhmi syra, rezance z kuracích prs . CH: 35,3g Alergény: 1,3,6,7	5,77 €	Update Špagety Carbonare (sladká smotana, jablko, strúhaný syr) . CH: 36,3g Alergény: 1,3,6,7	5,66 €	"Gundel" jablková palacinka (plnka:orechy, jablko; čokoládová poleva) so sladidlami . CH: 50,2g Alergény: 1,3,6,7,8	5,36 €
U6	Hlavné jedlo	Western plátky (bravčové karé, pečený bacon, paradajky, korenistá smotana, strúhaný syr), grilovaná zelenina (karotka, zelené fazuľky, cibuľa, hríby, paprika) . CH: 24,6g Alergény: 7,12	6,18 €	Update vyprázaná brokolica na spôsob "Mátrai" (strúhaný syr, smotana) . CH: 28,5g Alergény: 1,3,6,7	5,48 €	Update mexická chili fazuľa (fazuľa, zelené fazuľky, kukurica, bravčové stehno) so sladidlami CH: 38,1g Alergény: 7,9,10,12	5,52 €	Update palacinky plnené bolonskou zmesou, so sladidlami, smotana a strúhaný syr . CH: 37,2g Alergény: 1,3,6,7	5,50 €	Update skladaný karfiol zapečený so syrom (s mäsom) . CH: 41,3g Alergény: 1,6,7,9	5,93 €
U7	Hlavné jedlo	Mäsové gule v paradajkovej omáčke, so sladidlami . CH: 49,9g Alergény: 1,3,6,9	5,82 €	Hovädzí perkelt so sladidlami, Update tarhoňa . CH: 38,4g Alergény: 1,3,6	5,95 €	Hríbový paprikáš so sladidlami, Update halušky . CH: 50,8g Alergény: 1,3,6,7	5,39 €	Perkelt z kuracích žalúdkov, so sladidlami, Update kolienka . CH: 36,1 Alergény: 1,3,6,9	5,41 €	Morčací tokáň na divoko, so sladidlami, Update špagety . CH: 37,8g Alergény: 1,3,6,7,9,10	5,98 €
U8	Hlavné jedlo	Rýchlo opečené morčacie kúsky so syrovo smotanovou omáčkou, Update mušičky . CH: 34,5g Alergény: 1,3,6,7,12	5,77 €	Vyprázané Update palacinky - bryndzo a baconom plnené, s pažitkovou smotanou . CH: 38,7g Alergény: 1,3,6,7	5,93 €	Vyprázané kuracie prsia plnené s mascarpone a sušenými jablkami, pražené orechy a karfiolová ryža . CH: 45,3g Alergény: 1,3,6,7,8	6,39 €	Chudé plátky morčacích prs v parížskom cestíčku, syrová zapečená brokolica . CH: 44,1g Alergény: 1,3,6,7	6,18 €	Lečo pre mäsožrútov (klobása, slanina, párky, vajce) . CH: 16,8g Alergény: 3,12	5,93 €
U9	Hlavné jedlo	Pikantné-mandľové Update vyprázané kuracie prsia (v korenistom, paprikovom cestíčku), so sladidlami, grilovaná zelenina CH: 35,9g Alergény: 1,3,6,7,8,9,12	6,23 €	Polpetti (Update vyprázané bravčové karé plnené syrom a šunkou), Milnske Update špagety, so sladidlami . CH: 48,8g Alergény: 1,3,6,7	6,66 €	Update vyprázané hejk filety, korenistá letná zelenina (cuketa, patison, baklažán) CH: 48,1g Alergény: 1,3,4,6,7	6,68 €	Kuracie prsia "Cordon Bleu" so zemiakovým pyré Ch: 39,4g Alergény: 1,3,6,7	6,14 €	Kuracie prsia pečené v slaninovej bryndze, pečená zelenina vo woku (hrášok, mrkva, fazuľky, cibuľa) . CH: 28,7g Alergény: 1,3,6,7,10	5,48 €
U10	KETO	Cesnakovo smotanové rezance z kuracích prs, Keto špagety, strúhaný syr . CH: 19,2g Alergény: 1,3,6,7	5,86 €	Čínske rezance z morčacích prs, so sladidlami, Keto slovenská ryža . CH: 13,9g Alergény: 1,3,6,7	5,48 €	Keto rezance z morčacích prs obelené v chrumkavých semiačkach s jednoduchým talianskym šalátom, jogurtový dressing s oreganom . CH: 8g Alergény: 1,3,6,7,8,11	6,45 €	Keto skladaná kapusta "Vecsesi" (kyslá kapusta, bravčové mäso, údená krkovička) . CH: 21,9g Alergény: 1,6,7	5,84 €	V peci pečené smotanovo slaninové Keto rezance, strúhaný syr . CH: 22,2g Alergény: 1,3,6,7	6,05 €
U11	Menu na týždeň výhodne za 36,14 €	Smotanová polievka z fazuľových strukov so sladidlami, s údenou krkovičkou + Pikantné-mandľové Update vyprázané kuracie prsia (v korenistom, paprikovom cestíčku), so sladidlami, grilovaná zelenina	8,16 €	Hrášková polievka so sladidlami, Update maslové halušky + Hovädzí perkelt so sladidlami, Update tarhoňa	7,66 €	Slepačia polievka "Újházy" (kuracie prsia, zelenina, hríby) + Update mexická chili fazuľa (fazuľa, zelené fazuľky, kukurica, bravčové stehno) so sladidlami	7,57 €	Polievka "Palóc" so sladidlami + Špenátový prívarok, Update varené vajčičko	7,30 €	Polievka s pečevnými haluškami + Update skladaný karfiol zapečený so syrom (s mäsom)	8,11 €
U12	UPDATE 1 Dezert	Update čokoládovo višňový rez, so sladidlami . CH: 14,1g Alergény: 1,3,6,7	2,66 €	Update kakaová tvarohová kocka s vanilkovou polevou, so sladidlami . CH: 14,1g Alergény: 1,3,6,7	2,86 €	Update mrkvová torta s citrónovým krémom, so sladidlami . CH: 26,1g Alergény: 1,3,6,7,8	2,77 €	Update mini jahodový veterník, so sladidlami . CH: 18,1g Alergény: 1,3,6,7	2,70 €	Update kokosovo marhuľová kocka s vanilkovou polevou, so sladidlami . CH: 32,8g Alergény: 1,3,6,7	2,77 €
U13	UPDATE 1 Dezert	Update čokoládový profiterol s vanilkovou polevou, so sladidlami . CH: 11,1g Alergény: 1,3,6,7	2,84 €	Update americké palacinky s marhuľovou polevou, so sladidlami . CH: 20,3g Alergény: 1,3,6,7	2,80 €	Update dukátové buchtičky s vanilkovou polevou CH: 31g Alergény: 1,3,6,7,8	2,93 €	Update jablková štrúdlá, so sladidlami . CH: 25,6g Alergény: 1,6	2,64 €	Update kakaovo banánový muffin, so sladidlami CH: 18,3g Alergény: 1,3,6,7	2,75 €
U14	KETO dezert	Update panna cotta s karamelovou polevou, so sladidlami . CH: 16,4g Alergény: 1,3,6,7	2,84 €	Update jahodový cheesecake, so sladidlami . CH: 3g Alergény: 1,3,6,7,8	2,84 €	Update tvarohová torta s kakaovou polevou s ovsenými vločkami, so sladidlami . CH: 4,4g Alergény: 1,3,6,7	3,00 €	Update karamelové brownie, so sladidlami . CH: 16,1g Alergény: 1,3,6,7	2,93 €	Update orechový muffin, so sladidlami . CH: 18,9g Alergény: 1,3,6,7,8	2,91 €
UK	Pečivo	Update bochník . CH: 28.3g Alergény: 1,6,7	0,82 €	Update bochník . CH: 28.3g Alergény: 1,6,7	0,82 €	Update bochník . CH: 28.3g Alergény: 1,6,7	0,82 €	Update bochník . CH: 28.3g Alergény: 1,6,7	0,82 €	Update bochník . CH: 28.3g Alergény: 1,6,7	0,82 €

30. týždeň		PONDELOK 20.7.		UTOROK 21.7.		STREDA 22.7.		ŠTVRTOK 23.7.		PIATOK 24.7.		SOBOTA 25.7.		NEDEĽA 26.7.		CENA NA DEŇ	
U17 celodenné menu WOMAN	1.	Mäsové gule v paradajkovej omáčke, so sladidlami . CH: 33,8g Alergény: 1,3,6,9	Hovädzí perkelt so sladidlami, Update tarhoňa . CH: 26,2g Alergény: 1,3,6	Update mexická chili fazuľa (fazuľa, zelené fazuľky, kukurica, bravčové stehno) so sladidlami . CH: 26,9g Alergény: 7,9,10,12	Špenátový prívarok, varené vajce . CH: 17,2g Alergény: 1,3,6,7,9	Lečo pre mäsožrútov (klobása, slanina, párky, vajce) . CH: 13,6g Alergény: 3,12	Morčací tokáň na divoko, so sladidlami, Update špagety . CH: 22,8g Alergény: 1,3,6,7,9,10	Update skladaný karfiol zapečený so syrom (mäsový) . CH: 28,2g Alergény: 1,6,7,9	11,59€								
	2.	Rýchlo opečené morčacie kúsky so syrovo smotanovou omáčkou, Update mušičky . CH: 23,3g Alergény: 1,3,6,7,12	Jogurtový prívarok z fazuľových strukov, so sladidlami, Update grilované kúsky kuracích prs . CH: 17,3g Alergény: 1,3,6,7,9	Kuracie kúsky na rošte, na bylinkovom masle dusená zelenina. CH: 20,5g Alergény: 7	Update Špagety Carbonare (sladká smotana, šunka, strúhaný syr) . CH: 27,3g Alergény: 1,3,6,7	Margarita pizza s mozzarellou, so sladidlami . CH: 8,5g Alergény: 1,3,6,7	Bavorské pečené klobásky, dusená kapusta s jablkom, so sladidlami . CH: 19,4g Alergény: 1,3,	Paradajková kapusta, so sladidlami, chudé pečené bravčové mäso . CH: 20g Alergény: 1,6									
	3.	Pečené rezance z grilovaná zelenina . CH: 12,6g Alergény: 1,3,6	Update vyprázaná brokolica na spôsob "Mátrai" (strúhaný syr, smotana) . CH: 18,3g Alergény: 1,3,6,7	Slepačia polievka "Újházy" (kuracie prsia, zelenina, hríby) . CH: 5,6g Alergény: 1,3,6,7,9	Kuracie prsia "Cordon Bleu" so zemiakovým pyré . CH: 27,4g Alergény: 1,3,6,7	Polievka s pečevnými haluškami . CH: 12,4g Alergény: 1,3,6,9	Dusená zelenina s pražskou šunkou . CH: 24,1g Alergény: 1,9	3 druhy syra, datle . CH: 9,5g Alergény: 7									
	4.	Update čokoládovo višňový rez, so sladidlami . CH: 14,1g Alergény: 1,3,6,7	Update kakaová tvarohová kocka s vanilkovou polevou, so sladidlami . CH: 14,1g Alergény: 1,3,6,7	Update mrkvová torta s citrónovým krémom, so sladidlami . CH: 26,1g Alergény: 1,3,6,7,8	Update mini jahodový veterník, so sladidlami . CH: 18,1g Alergény: 1,3,6,7	Update kokosovo marhuľová kocka s vanilkovou polevou, so sladidlami . CH: 32,8g Alergény: 1,3,6,7	Update ryžová torta s lesným ovocím, so sladidlami . CH: 9,1g Alergény: 1,3,6,7	Update kakaovo - banánový muffin, so sladidlami . CH: 18,3g Alergény: 1,3,6									
	5.	Update čokoládový profiterol s vanilkovou polevou, so sladidlami . CH: 11,1g Alergény: 1,3,6,7	Update americké palacinky s marhuľovou polevou, so sladidlami . CH: 20,3g Alergény: 1,3,6,7	Update dukátové buchtičky s vanilkovou polevou . CH: 31g Alergény: 1,3,6,7,8	Update jablková štrúdlá, so sladidlami . CH: 25,6g Alergény: 25,6	Update Sacher rez, so sladidlami . CH: 22,2g Alergény: 1,3,6,7	Update Cappuccino rez, so sladidlami . CH: 12,3g Alergény: 1,3,6,7	Brokolicový batôžtek . CH: 6,3g Alergény: 1,3,6,7									
U18 celodenné KETO menu	1.	Cesnakovo smotanové rezance z kuracích prs, Keto špagety, strúhaný syr . CH: 9,9g Alergény: 1,3,6,7	Čínske rezance z morčacích prs, so sladidlami, Keto slovenská ryža . CH: 7,1g Alergény: 1,3,6,7	Keto rezance z morčacích prs obelené v chrumkavých semiačkach s jednoduchým talianskym šalátom, jogurtový dressing s oreganom . CH: 9,7g Alergény: 1,3,6,7,8,11	Keto skladaná kapusta "Vecsesi" (kyslá kapusta, bravčové mäso, údená krkovička) CH: 19,7g Alergény: 1,6,7	V peci pečené smotanovo slaninové Keto rezance, strúhaný syr . CH: 15,6g Alergény: 1,3,6,7	Brokolicový batôžtek . CH: 6,3g Alergény: 1,3,6,7	Paradajková kapusta, so sladidlami, chudé pečené bravčové mäso . CH: 16,2g Alergény: 1,6	13,41€								
	2.	Cottage cheese so syrom a baconom . CH: 9g Alergény: 7	Smotanová morčacia ragú polievka . CH: 7,2g Alergény: 1,6,7,9	Kuracie kúsky na rošte, na bylinkovom masle dusená zelenina. CH: 14,7g Alergény: 7	So syrom zapečená brokolica. CH: 14,7g Alergény: 3,7	Kuracie prsia pečené v slaninovej bryndze, pečená zelenina vo woku (hrášok, mrkva, fazuľky, cibuľa) . CH: 16,3g Alergény: 1,3,6,7,10	Lečo pre mäsožrútov (klobása, slanina, párky, vajce) . CH: 13,6g Alergény: 3,12	Polievka s pečevnými haluškami . CH: 12,7g Alergény: 1,3,6,9									
	3.	Pečené chudé morčacie rezance, grilovaná zelenina . CH: 13,9g Alergény: 9	Keto krájaný chlieb s nátierkovým maslom, Čabajské karé . CH: 4,8g Alergény: 1,3,6,7	Chrumkavé párky zatočené v bacone, uhorky . CH: 2g Alergény: -	Polievka "Palóc" so sladidlami . CH: 9,7g Alergény: 1,6,7,9	Margarita pizza s mozzarellou, so sladidlami . CH: 8,5g Alergény: 1,3,6,7	3druhy syra (trappista, údený, mozzarella) CH: 3,1g Alergény: 7	Keto totus tvarohovo marhuľová rolka so sladidlami . CH: 4,2g Alergény: 1,3,6,7									
	4.	Update višňový cheesecake, so sladidlami . CH: 3g Alergény: 1,3,6,7,8	Update kokosové brownie, so sladidlami . CH: 28,1g Alergény: 1,3,6,7	Update kakaový vanilkový krém so sladidlami . CH: 10,9g Alergény: 7	Update karamelové brownie, so sladidlami CH: 16,1g Alergény: 1,3,6,7	Update karamelový zákusok, so sladidlami CH: 8,4g Alergény: 1,3,6,7	Update extra čoko brownie, so sladidlami . CH: 20,6g Alergény: 1,3,6,7	Update penový kakaový krém, so sladidlami . CH: 9,3g Alergény: 7									
	5.	Update panna cotta s karamelovou polevou, so sladidlami . CH: 16,4g Alergény: 1,3,6,7	Update jahodový cheesecake, so sladidlami . CH: 3g Alergény: 1,3,6,7,8	Update tvarohová torta s kakaovou polevou s ovsenými vločkami, so sladidlami . CH: 4,4g Alergény: 1,3,6,7	Update kakaovo jahodový zákusok, so sladidlami . CH: 9,7g Alergény: 1,3,6,7	Update cappuccino panna cotta, so sladidlami . CH: 4,4g Alergény: 1,3,6,7	Update orechový muffin, so sladidlami . CH: 18,9g Alergény: 1,3,6,7,8	Update tvarohová torta s ovsenými vločkami, so sladidlami . CH: 4g Alergény: 1,3,6,7									