



FOOD TIME

Gramáž*

0,33l
77g
110g
350g
350g
96g

PONDELOK 19.01.2026

Zelerový krém s krutónmi

1. Kuracie soté na čínsky spôsob, dusená ryža
2. Vyprážaný syr, varené zemiaky, tatárska omáčka
3. Penne pomodoro (kuracie prsia, bazalka, rajčiny), strúhaný syr
4. Miešaný zeleninový šalát s vajíčkcom, jogurtový dressing
5. **Bravčová panenka, brusnicová omáčka, šťuchané zemiaky s cibuľkou**

Alergény

1,3,7,9
1,6,7,9
1,3,7,10,12
1,3,7
3,7
1,6,7,10

Gramáž*

0,33l
110g
350g
350g
350g
160g

UTOROK 20.01.2026

Zemiaková na kyslo

1. Vyprážaný bravčový mletý rezeň, zemiakové pyré, uhorkový šalát s paprikou
2. Tvarohové pirohy so škoricovou posýpkou, preliate maslom
3. Koložvárska kapusta, ½ varené zemiaky
4. Šalát s mrkvou, uhorkou, jalapeños, červená cibuľa, paprika, moravské mäso, chrenová majonéza
5. **Pečené kačacie stehno, dusená červená kapusta, parená knedľa**

Alergény

1,7,12
1,3,7
1,3,7
1,7,10,12
3,7
1,3,7,12

Gramáž*

0,33l
77g
350g
110g
350g
120g

STREDA 21.01.2026

Pórková

1. Hovädzie chilli con carne, dusená ryža
2. Hubový perkelt s haluškami
3. Vyprážané kuracie vykostené stehno, zemiakové pyré, kompót
4. Smažená ázijská ryža s vajíčkcom
5. **Bravčový záhorácky závitok (párok, kyslá kapusta), pečené zemiaky**

Alergény

1,9
1,6,9
1,7,10
1,3,6,7,12
1,3,6,11
1,9,10,12

Gramáž*

0,33l
77g
350g
350g
350g
96g

ŠTVRTOK 22.01.2026

Minestrone

1. Zapekaný kurací plátok so šunkou a syrom, dusená ryža
2. Zemiakovo-mrkvové placky s ovsenými vločkami, cottage syr
3. Zapekané cestoviny so zeleninou a údeným syrom, cvikla
4. Waldorfský šalát s kuracím mäsom
5. **Morčacie prsia, špikované so slaninkou, nivová omáčka, zeleninová ryža**

Alergény

1,9,12
1,7
1,3,7
1,3,7,9,10,12
3,7,8,9,10
1,7

Gramáž*

0,33l
110g
350g
350g
350g
110g

PIATOK 23.01.2026

Fazuľková na kyslo (lusky)

1. Bravčové karé na cibuľke a čiernom pive, varené zemiaky
2. Parené buchty lekvárové s kakaom, maslový preliv
3. Bryndzové halušky so slaninkou
4. Cestovinový šalát so šunkou, olivami, cherry rajčinami, hráškom, kukuricou a jogurtom
5. **Pečená treska s citrónovým korením, citrónovo-maslová omáčka pečené zemiaky**

Alergény

1,7,12
1,3,7
1,3,7
1,3,7
1,3,7,10,12
1,7

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.**