

MENU

41.T	PO	UT	ST	ŠT	PIA
U1					
U2					
U3					
U4					
U5					
U6					
U7					
U8					
U9					
U10					
U11					
U12					
U12	Celý týždeň:				
U13					
U14					
U15					

	PO	UT	ST	ŠT	PIA	SO	NE
U16							
U16	Celý týždeň:						
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
Bratislava - Ružinov	0905 895 354	bratislava.drienova@update1sk.sk
Dunajská Streda	031/3810 203	dunajskastreda@update1sk.sk
Galanta	0905 244 682	galanta@update1sk.sk
Kolárovo	0915 291 902	updatekolarovo@gmail.com
Nové Zámky	0905 214 066	novezamky@update1sk.sk
Šamorín	0918 964 975	samorin@update1sk.sk
Veľký Meder	0908 969 617	velkymeder@update1sk.sk

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. Vlič 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 nábádajú 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 spolplatnený. 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:

U16 – celodenné menu ECO, ktoré sa skladá zo 4 jedál: obed, olovrant, večera a raňajky na nasledujúci deň.

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 menu PREMIUM, ktoré sa skladá zo 4 jedál: obed, olovrant, večera a raňajky na nasledujúci deň.

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®

41. týždeň - 8.10. - 14.10.2018

JEDZ DOBRE, ČIŤ SA DOBRE



VHODNÉ

pre diabetikov
pre športovcov
pre celú rodinu



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

bez kompromisov!

**Široký sortiment
potravín
pre zdravý životný
štýl**

41. týždeň	PONDELOK 8.10.		UTOROK 9.10.		STREDA 10.10.		ŠTVRTOK 11.10.		PIATOK 12.10.		
U1	Polievka	Čínska zeleninová polievka s kuracímimi prsiami (so zeleninou, hribami), so sladidlami CH: 15,5g Alergény: 1,6,9	2,64 €	Banánová krémová polievka s višňami, so sladidlami CH: 25,1g Alergény: 1,6,7	2,75 €	Mexická paradajková polievka CH: 16,8g Alergény: 7,12	2,61 €	Višňová polievka, so sladidlami CH: 18,8g Alergény: 6,7	2,66 €	Pórová polievka so syrom (trappista, údený syr, parmezán) CH: 10,5g Alergény: 1,3,6,7,9	2,75 €
U2	Polievka	Hrášková kuracia ragú polievka CH: 12g Alergény: 1,3,6,7,9	2,93 €	Smotanová estragónová polievka s mäsovými haluškami CH: 20,9g Alergény: 1,3,6,7,9	2,98 €	Zbojnická polievka (klobása, údené koleno, zelenina, halušky) CH: 16,4g Alergény: 1,3,6,9	3,00 €	Frankfurtská polievka CH: 10,7g Alergény: 1,6,7,9	2,86 €	Sedliacka kuracia polievka (kuracie stehno) CH: 9,4g Alergény: 1,3,6,7,9	3,02 €
U3	Prívarok	Jogurtový prívarok zo zelených fazuliek, so sladidlami, Update vyprážané kuracie prsia CH: 36,6g Alergény: 1,3,6,7,9	4,39 €	Paradajkový kapustový prívarok, so sladidlami, pečené kuracie rezance CH: 31,9g Alergény: 1,6,12	4,36 €	Update tekvicový prívarok na maďarský spôsob, Update sekaná CH: 37,5g Alergény: 1,3,6,7,9	4,43 €	Update šošovicový prívarok, so sladidlami, viacvrstvná Update fašírka CH: 83,8g Alergény: 1,3,6,7,10,11,12	4,30 €	Hráškový prívarok s fetou a feniklom, so sladidlami, grilované kúsky kuracieho mäsa CH: 44,6g Alergény: 1,3,6,7,9	4,16 €
U4	Prívarok	Jogurtový prívarok zo zelených fazuliek, so sladidlami, Update Stefánia sekaná CH: 35,5g Alergény: 1,3,6,7,9	4,36 €	Paradajkový kapustový prívarok, so sladidlami, Update vyprážané bravčové mäso CH: 33g Alergény: 1,6	4,32 €	Update tekvicový prívarok na maďarský spôsob, kuracie perkel, so sladidlami CH: 29,7g Alergény: 1,6,7,9	4,34 €	Update šošovicový prívarok, so sladidlami, grilované morčacie prsia CH: 69,5g Alergény: 1,6,7,10,12	4,36 €	Hráškový prívarok s fetou a feniklom, so sladidlami, Update vyprážaná mozzarella CH: 55,6g Alergény: 1,3,6,7,9	4,34 €
U5	Cestoviny	Rezance z kuracích prs na póriku, hribovo omáčka s údeným syrom, Update špagety CH: 37,6g Alergény: 1,3,6,7	4,98 €	Update tvarohové rezance s baconom CH: 41,1g Alergény: 1,3,6,7	4,93 €	Update penne s pestom, so sladidlami, strúhaný rajčový francúzsky šalát so sladidlami CH: 60,5g Alergény: 1,3,6,7,9,12	5,30 €	Mäsové palačinky "Hortobágyi", so sladidlami CH: 32,8g Alergény: 1,3,6,7,9	4,98 €	Update milánske špagety, so sladidlami CH: 40,8g Alergény: 1,3,6,7	4,93 €
U6	Hlavné jedlo	Mäsové guľky s omáčkou na divoko, so sladidlami CH: 30g Alergény: 1,3,6,7,9,10	4,45 €	Update vyprážané šampiňóny v sezamovom cestíčku, vajčkový francúzsky šalát so sladidlami CH: 30,6g Alergény: 1,3,6,7,10,11	4,52 €	Update domáce kuracie nugetky, majonézový šalát (ľadový šalát, kukurica, paradajky), so sladidlami CH: 28,7g Alergény: 1,3,6,7,10	4,50 €	Skladané fazuľové struky s kuracímimi prsiami, syrom zapečené CH: 51,4g Alergény: 1,6,7,9	4,36 €	Jarný kurací paprikáš, so sladidlami, Update halušky CH: 60,1g Alergény: 1,3,6,7,9	4,25 €
U7	Hlavné jedlo	Update palačinky plnené šunkovo hribovým ragú, smotana, strúhaný syr CH: 32,5g Alergény: 1,3,6,7	4,25 €	Chufovky na rošte (kuracie prsia, klobása), grilovaná zelenina CH: 22,8g Alergény: 12	4,98 €	Bravčový panenka s baconom, bryndzové, smotanové Update halušky CH: 44,6g Alergény: 1,3,6,7,12	5,07 €	Kuracie stehná pečené na soli, syrovo zemiakové pyrre CH: 20,7g Alergény: 6,7,12	4,43 €	Rezance z kuracích prs obalované v údenom syre, pečené v peci, rizi-bizi (hnedá ryža) CH: 78,6g Alergény: 1,3,6,7	4,82 €
U8	Hlavné jedlo	Bravčové karé pečené na pive vo vlastnej šťave, záhradná korenistá tarhoňa CH: 34,9g Alergény: 1,3,6	4,80 €	Update vyprážané kuracie prsia s gréckym korením, tztizky, so sladidlami, ľahký šalát (paradajky, uhorky, reťkovka, ľadový šalát, paprika) CH: 28,7g Alergény: 1,3,6,7,10,12	5,14 €	Ohnivá roľovaná kuracie prsia (vyprážané kuracie prsia plnené syrom, štiplavou zelenou papriku, pardajkami, a cibulkou), strúhaný šalát (mrkva, zeler, reťkovka, kapusta s dressingom s bazilickým octom) CH: 19,9g Alergény: 1,3,6,7	4,91 €	Mäsové guľky v paradajkovej omáčke, so sladidlami CH: 54,4g Alergény: 1,3,6,9	4,89 €	Segedínska kapusta "Gyulai" CH: 36,5g Alergény: -	4,36 €
U9	Hlavné jedlo	Voňavé kuracie prsia, zeleninové Update cestoviny CH: 44,1g Alergény: 1,3,6	5,32 €	Fish & Corn (do zlatista pečené rybie kúsky v korenistom obale), Update majonézový kukuricový šalát, so sladidlami CH: 60,3g Alergény: 1,4,6,9	5,39 €	Update vyprážaný syr v orechovom obale, mix pečeného ovocia, so sladidlami CH: 58,7g Alergény: 1,3,6,7,8	4,95 €	Pečienka dobrej gazdinej (horčičovo cesnakové korenisté bravčové karé), korenistá dusená kapusta, so sladidlami CH: 26g Alergény: 1,6,10	4,52 €	Update skladaný karfiol s morčacími prsiami CH: 43,2g Alergény: 1,6,7,9	5,05 €
U10	Hlavné jedlo	Update vyprážané morčacie prsia plnené feta syrom a paradajkami, olivový šalát (oliv, kapusta, uhorky, paradajky, paprika) CH: 34,6g Alergény: 1,6,7	5,89 €	Kuracie prsia na rošte, smotanové višňové ragú, so sladidlami CH: 42,4g Alergény: 1,6,7	4,68 €	Morčacie prsia pečené na rošte s paradajkovou bryndzovou prílohou, Update zemiakové pyrre s opekanou cibuľou CH: 27,5g Alergény: 1,7,12	5,34 €	Smotanovo šampiňónové morčacie ragú, Update tarhoňa CH: 36,8g Alergény: 1,3,6,7,9	5,09 €	Pečené bravčové rebro sladko-pikantné, miešané zeleninové pyrre (mrkva, petržien, zeler, pór) CH: 26,7g Alergény: 6,9,10,12	5,43 €
U11	Hlavné jedlo	Update Cordon bleu (kuracie prsia), syrovo majonézový hráškový šalát, so sladidlami CH: 40,4g Alergény: 1,3,6,7,10	5,34 €	Bravčové karé bankára (Update bravčové karé plnené syrom, šunkou, ananášom), mozzarella šalát s bazalkou (paradajky, paprika, uhorky, ľadový šalát) CH: 35,2g Alergény: 1,3,6,7	5,61 €	Update vyprážané kuracie prsia plnené hydinovou pečienkou na cibulke, smotanová pečená zelenina CH: 47,1g Alergény: 1,3,6,7	5,30 €	Update vyprážané kuracie prsia s gréckym šalátom (uhorky, paradajky, cibuľa, feta, cesnak, bazalka) CH: 26,1g Alergény: 1,3,6,7	5,23 €	Tortilla plnená bravčovým ragú s baconom a jarnou cibuľkou, chrumkavá zeleninová príloha (kapusta, uhorky, paprika, cibuľa) CH: 33,3g Alergény: 1,6,7	5,52 €
U12	Menu na týždeň výhodne za 32,73 €	Čínska zeleninová polievka s kuracímimi prsiami (so zeleninou, hribami), so sladidlami + Rezance z kuracích prs na póriku, hribovo omáčka s údeným syrom, Update špagety	7,11 €	Smotanová estragónová polievka s mäsovými haluškami + Chufovky na rošte (kuracie prsia, klobása), grilovaná zelenina	7,16 €	Zbojnická polievka (klobása, údené koleno, zelenina, halušky) + Update tekvicový prívarok na maďarský spôsob, kuracie perkel, so sladidlami	6,68 €	Frankfurtská polievka + Update vyprážané kuracie prsia s gréckym šalátom (uhorky, paradajky, cibuľa, feta, cesnak, bazalka)	7,50 €	Bravčové karé na prírodno so zapečenou brokolícou + Update čokoládovo višňový rez, so sladidlami	6,59 €
U13	UPDATE 1 Dezert	Update marhuľová roláda s vanilkovou polevou, so sladidlami CH: 26,3g Alergény: 1,3,6,7	2,50 €	Update šomľovská kocka, so sladidlami CH: 21g Alergény: 1,3,6,7,8	2,48 €	Update vanilkové jahodové pyrre, so sladidlami CH: 26,6g Alergény: 1,3,6,7	2,34 €	Update bounty rez, so sladidlami CH: 15,4g Alergény: 3,6,7	2,39 €	Update sľivkový koláč, so sladidlami CH: 18,2g Alergény: 1,3,6,7	2,30 €
U14	UPDATE 1 Dezert	Update ribežovo jogurtový rez, so sladidlami CH: 4,3g Alergény: 1,3,6,7	2,32 €	Update japonský pudíng (ananáš, višne, vanilkový pudíng, piškóty) so sladidlami CH: 21,6g Alergény: 1,3,6,7	2,39 €	Update americké palačinky s marhuľovou polevou, so sladidlami CH: 20,3g Alergény: 1,3,6,7	2,43 €	Update trhanec s marhuľovým lekvárom, so sladidlami CH: 32,6g Alergény: 1,3,6,7	2,50 €	Update čokoládovo višňový rez, so sladidlami CH: 14,1g Alergény: 1,3,6,7	2,32 €
U15	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 €

41. týždeň	PONDELOK 8.10.	UTOROK 9.10.	STREDA 10.10.	ŠTVRTOK 11.10.	PIATOK 12.10.	SOBOTA 13.10.	NEDEĽA 14.10.	CENA NA DEŇ		
U16 celodenné menu ECO	Obed	Mäsové guľky s omáčkou na divoko, so sladidlami CH: 30g Alergény: 1,3,6,7,9,10	Update vyprážané kuracie prsia s gréckym korením, tztizky, so sladidlami, ľahký šalát (paradajky, uhorky, reťkovka, ľadový šalát, paprika) CH: 28,7g Alergény: 1,3,6,7,10,12	Morčacie prsia na rošte, majonézový šalát CH: 12,9g Alergény: 1,7,12	Kuracie stehná pečené na soli, syrovo zemiakové pyrre CH: 20,7g Alergény: 6,7,12	Hráškový prívarok s fetou a feniklom, so sladidlami, grilované kúsky kuracieho mäsa CH: 44,6g Alergény: 1,3,6,7,9	Update milánske špagety, so sladidlami CH: 40,8g Alergény: 1,3,6,7	Chudé bravčové karé na prírodno, zapečený brokolica CH: 26,9g Alergény: 1,6,7	9,98€	
	Olovrant	Pomarančový tvarohový krém, so sladidlami CH: 8,3g Alergény: 7	Update1 šomľovská kocka, so sladidlami CH: 21g Alergény: 1,3,6,7,8	Jablkový kompót, so sladidlami, pražené mandle CH: 20,2g Alergény: 8	Update1 bounty rez, so sladidlami CH: 15,4g Alergény: 3,6,7	Update1 čokoládovo višňový rez, so sladidlami CH: 14,1g Alergény: 1,3,6,7	Karamelový pudíng, so sladidlami CH: 16,2g Alergény: 6,7	Update1 jablkovo škoricová múšľa tyčinka, so sladidlami CH: 13g Alergény: 1,6		
	Večera	Čínska zeleninová polievka s kuracímimi prsiami (so zeleninou, hribami), so sladidlami CH: 15,5g Alergény: 1,6,9	Hráškový toastový krém, Update1 Rips CH: 13,8g Alergény: 1,6,7	Update sekaná s kyslou uhorkou, so sladidlami, Update RIPS CH: 26,2g Alergény: 1,3,6	Pečienka dobrej gazdinej (horčičovo cesnakové korenisté bravčové karé), korenistá dusená kapusta, so sladidlami CH: 19,3g Alergény: 1,6,10	Pórová polievka so syrom (trappista, údený syr, parmezán) CH: 10,5g Alergény: 1,3,6,7,9	Pórová polievka so syrom (trappista, údený syr, parmezán) CH: 10,5g Alergény: 1,3,6,7,9	Šunkovo-chrenový toastový krém, so sladidlami, Update1 Rips, uhorky CH: 11,4g Alergény: 1,3,6,7,10,12		Plátky morčacieho stehna, škoricovo klinčekový jablkový kompót, so sladidlami CH: 18,8g Alergény: 12
	Raňajky na ďalší deň	Škoricevo jablkový ovocný jogurt, so sladidlami CH: 12,6g Alergény: 7,12	Update1 hrianky (2ks) s údenou šunkou, bylinkové maslo CH: 11,7g Alergény: 1,6,7	Update vianočka, jahodový lekvár, so sladidlami CH: 18,8g Alergény: 1,3,6,7,12	Tortilla rolka so šalátom, šunkou, majonézou, so sladidlami CH: 16,6g Alergény: 1,3,6,7,10	Update Rips s paprikovou salámou, francúzsky syrový krém CH: 9,3g Alergény: 1,6,7	Update Rips s paprikovou salámou, francúzsky syrový krém CH: 9,3g Alergény: 1,6,7	Straciatellový kefir, so sladidlami CH: 16,4g Alergény: 6,7,12		Oškvarkový krém, so sladidlami, Update1 Rips CH: 9,8g Alergény: 1,6,10
U17 celodenné menu WOMAN	1.	Rezance z kuracích prs na póriku, hribovo omáčka s údeným syrom, Update špagety CH: 26,1g Alergény: 1,3,6,7	Update tvarohové rezance s baconom CH: 31,4g Alergény: 1,3,6,7	Majonézový mix šalát (ľadový šalát, kukurica, paradajky, majonéza), so sladidlami CH: 11,8g Alergény: 3,7,10	Frankfurtská polievka CH: 7,8g Alergény: 1,6,7,9	Update milánske špagety, so sladidlami CH: 28,8g Alergény: 1,3,6,7	Jarný kurací paprikáš, so sladidlami, Update halušky CH: 32,1g Alergény: 1,3,6,7,9	Segedínska kapusta "Gyulai" CH: 28,4g Alergény: -	11,00€	
	2.	Mäsové guľky s omáčkou na divoko, so sladidlami CH: 19,1g Alergény: 1,3,6,7,9,10	Update1 vyprážané kuracie prsia s gréckym korením, tztizky, so sladidlami, ľahký šalát (paradajky, uhorky, reťkovka, ľadový šalát, paprika) CH: 17,7g Alergény: 1,3,6,7,10,12	Bravčová panenka s baconom, bryndzové, smotanové Update1 halušky CH: 30,8g Alergény: 1,3,6,7,12	Smotanovo šampiňónové morčacie ragú, Update1 tarhoňa CH: 24,9g Alergény: 1,3,6,7,9	Update skladaný karfiol s morčacími prsiami CH: 32,2g Alergény: 1,6,7,9	Hráškový prívarok s fetou a feniklom, so sladidlami, grilované kúsky kuracieho mäsa CH: 26,5g Alergény: 1,3,6,7,9	Zapečená brokolica CH: 17,1g Alergény: 1,6,7		
	3.	Jogurtový prívarok zo zelených fazuliek, so sladidlami, Update Stefánia sekaná CH: 21,3g Alergény: 1,3,6,7,9	Majonézový kukuricový šalát so sladidlami, strúhaný syr CH: 17g Alergény: 3,7,10	Morčacie prsia pečené na rošte, Update1 zemiakové pyrre s opekanou cibuľou CH: 33,8g Alergény: 1,3,6,9	Mäsové guľky v paradajkovej omáčke, so sladidlami CH: 33,8g Alergény: 1,3,6,9	Chrumkavý šalát (kapusta, uhorky, paprika, cibuľa) CH: 9,9g Alergény: 1,3,6,7	Chrumkavý šalát (kapusta, uhorky, paprika, cibuľa) CH: 9,9g Alergény: 1,3,6,7	Mexický plnený batôžtek, so sladidlami CH: 16,3g Alergény: 1,6,7,10		Plátky morčacieho stehna, škoricovo klinčekový jablkový kompót, so sladidlami, pražené orechy CH: 20,6g Alergény: 8,12
	4.	Update marhuľová roláda s vanilkovou polevou, so sladidlami CH: 26,3g Alergény: 1,3,6,7	Update1 šomľovská kocka, so sladidlami CH: 21g Alergény: 1,3,6,7,8	Update1 vanilkové jahodové pyrre, so sladidlami CH: 26,6g Alergény: 1,3,6,7	Update1 bounty rez, so sladidlami CH: 15,4g Alergény: 3,6,7	Update1 americké palačinky s marhuľovou polevou, so sladidlami CH: 14,2g Alergény: 1,3,6,7	Update1 "Vargabéles" (sladké níťovky s tvarohovou plnkou v ústrúdlom ceste), so sladidlami CH: 14,2g Alergény: 1,3,6,7	Update1 sľivkový koláč, so sladidlami CH: 18,2g Alergény: 1,3,6,7		Update1 americké višňové pitie, so sladidlami CH: 17,7g Alergény: 1,3,6,7
	5.	Update ribežovo jogurtový rez, so sladidlami CH: 4,3g Alergény: 1,3,6,7	Ovocný šalát (ananáš, višne, jablko), so sladidlami CH: 22,3g Alergény: -	Update1 americké palačinky s marhuľovou polevou, so sladidlami CH: 20,3g Alergény: 1,3,6,7	Update 1 trhanec s marhuľovým lekvárom, so sladidlami CH: 32,6g Alergény: 1,3,6,7	Update kokosová roláda, so sladidlami CH: 10,2g Alergény: 1,3,6,7	Update kokosová roláda, so sladidlami CH: 10,2g Alergény: 1,3,6,7	Update1 čokoládovo višňový rez, so sladidlami CH: 14,1g Alergény: 1,3,6,7		Update1 kakaovo banánový muffin, so sladidlami CH: 18,3g Alergény: 1,3,6
U18 celodenné menu PRE-MIUM	Obed	Update Cordon bleu (kuracie prsia), syrovo majonézový hráškový šalát, so sladidlami CH: 40,4g Alergény: 1,3,6,7,10	Bravčové karé bankára (Update bravčové karé plnené syrom, šunkou, ananášom), mozzarella šalát s bazalkou (paradajky, paprika, uhorky, ľadový šalát) CH: 35,2g Alergény: 1,3,6,7	Update vyprážané kuracie prsia plnené hydinovou pečienkou na cibulke, smotanová pečená zelenina CH: 47,1g Alergény: 1,3,6,7	Pečienka dobrej gazdinej (horčičovo cesnakové korenisté bravčové karé), korenistá dusená kapusta, so sladidlami CH: 26g Alergény: 1,6,10	Jarný kurací paprikáš, so sladidlami, Update halušky CH: 60,1g Alergény: 1,3,6,7,9	Segedínska kapusta "Gyulai" CH: 36,5g Alergény: -	Update1 kyjevské morčacie prsia, so sladidlami, zapečená brokolica CH: 37,4g Alergény: 1,3,6,7,10	13,73€	
	Olovrant	Pomarančový tvarohový krém, so sladidlami CH: 8,3g Alergény: 7	Update1 ovocný šalát (ananáš, višne, jablko), so sladidlami CH: 22,3g Alergény: -	Jablkový kompót, so sladidlami, pražené mandle CH: 20,2g Alergény: 8	Update 1 trhanec s marhuľovým lekvárom, so sladidlami CH: 32,6g Alergény: 1,3,6,7	Update americké višňové pitie, so sladidlami CH: 17,7g Alergény: 1,3,6,7	Karamelový pudíng, so sladidlami, Update1 piškóty CH: 16,8g Alergény: 6,7	Update1 sľivkový koláč, so sladidlami CH: 18,2g Alergény: 1,3,6,7		
	Večera	Hrášková kuracia ragú polievka CH: 12g Alergény: 1,3,6,7,9	Update 1 tvarohové rezance s baconom CH: 31,4g Alergény: 1,3,6,7	Zbojnická polievka (klobása, údené koleno, zelenina, halušky) CH: 16,4g Alergény: 1,3,6,9	Mäsové guľky v paradajkovej omáčke, so sladidlami CH: 33,8g Alergény: 1,3,6,9	Update milánske špagety, so sladidlami CH: 40,8g Alergény: 1,3,6,7	Update milánske špagety, so sladidlami CH: 40,8g Alergény: 1,3,6,7	Šunkovo-chrenový toastový krém, so sladidlami, Update1 hrianky, uhorky CH: 19,5g Alergény: 1,3,6,7,10,12		Plátky morčacieho stehna, škoricovo klinčekový jablkový kompót, so sladidlami, pražené orechy CH: 20,6g Alergény: 8,12
	Raňajky na ďalší deň	Škoricevo jablkový ovocný jogurt, so sladidlami s hrozienkami CH: 24,4g Alergény: 7,12	Hráškový toastový krém, Update1 Rips, paprika CH: 14,4g Alergény: 1,6,7	Update vianočka, nátierkové maslo, jahodový lekvár, so sladidlami CH: 29,2g Alergény: 1,3,6,7,12	Tortilla rolka so šalátom, šunkou, majonézou, so sladidlami CH: 16,6g Alergény: 1,3,6,7,10	Update bochník s paprikovou salámou, francúzsky syrový krém CH: 28,6g Alergény: 1,6,7	Update bochník s paprikovou salámou, francúzsky syrový krém CH: 28,6g Alergény: 1,6,7	Straciatellový kefir, so sladidlami, pražené arašidy CH: 17,1g Alergény: 6,7,8,12		Oškvarkový krém, so sladidlami, Update1 Rips, Update1 jablkovo škoricová múšľa tyčinka, so sladidlami CH: 22,8g Alergény: 1,6,10