Řízení letového provozu - O kus lepší jídlo každý den

rlp@eatperfect.cz | +420 734 257 991 | www.perfectcanteen.cz/podniky/rizeni-letoveho-provozu

PERFECT CANTEEN
FILIP SAJLER

DENNÍ MENU 29. 9. - 5. 10.

PONDĚLÍ

#polévka
Silný vývar z hovězí oháňky se zeleninou a vejcem (3,9)
Bramborová s houbami (1a,9)
#vegetariánské
Bramborové škubánky s mákem a cukrem (1a,7)
#hlavní jídlo
200g Debrecínský guláš z vepřové plece s houskovými knedlíky (1a,3,7)
200g Penne s kuřecím masem, žampiony, smetanou a tvrdým sýrem (1a,3,7)
Lehké a zdravé – Matar Dal Khichdi (žlutý hrách po indicku) basmati rýže, koriandr
200g Pomalu pečená vepřová krkovice se šťouchanými bramborami a restovanou kapustou s anglickou slaninou a cibulí (1a,7)
#akce
Tb-alla carte 150g Chobotnice v sous vide s tomatovým rizotem, grilovanými cherry rajčaty a citronem (7,12,14)
VEČEŘE
300g Kuřecí paličky po indicku marinované v jogurtu doplněné rýží basmati s koriandrem (7)
200g Pomalu pečené vepřové karé s cibulovou krustou a mačkanými bramborami s plocholistou petrželí, restované fazolky (1a,7)
#akce
150g Chobotnice v sous vide s tomatovým rizotem, grilovanými cherry rajčaty a citronem (7,12,14)
#vegetariánské
Bramborové škubánky s mákem a cukrem (1a,7)
#smažené
200g Smažený vepřový řízek s bramborovým salátem a citronem (1a,3,7,9,10,11)
#pasta-penne
se šunkou, hráškem, bílým vínem, smetanou a parmazánem (1a,3,7,12)
s restovanou cuketou, cherry rajčaty, rozmarýnovým máslem a mozzarellou (1a,3,7)

ÚTERÝ

#snídaně
Ham and eggs (3,7) váha teplý bufet 25Kč/100g
#polévka
Zeleninový vývar s žemlovými knedlíčky (1a,3,7,9)
Pikantní asijská s kuřecím masem, vejcem a rýžovými nudlemi (3)
#vegetariánské
Žemlovka s jablky a rozinkami (1a,3,7)
Lehké a zdravé- Cizrnové ragú s houbami a zeleninou, polníček (7)
#hlavní jídlo
300g Kuřecí paličky po indicku marinované v jogurtu doplněné rýží basmati s koriandrem (7)
200g Plněný paprikový lusk mletým masem s bylinkami, pomalu dušený v omáčce s drcených rajčat, houskový knedlík (1,3,7,9)
200g V.J- Hovězí špička v sous vide s mléčnou bramborovou kaší a restovanou červenou cibulí na červeném víně (7,12)
#akce
Tb-alla carte 150g Filátko z Mořského vlka s citrónovým máslem servírovaného na restované zelenině z mrkve, cukrového hrášku a ředkviček, vařené brambory s pažitkou (4,7)
VEČEŘE
200g Pikantní vepřové nudličky z pečeně s paprikou, cibulí a česnekem podávané s dušenou rýží basmati a jarní cibulkou (6,12)
200g Krůtí prsa upravená metodou sous vide s bruselskými kapustičkami a pšeničným bulgurem (1a)
#akce
Tb-alla carte 150g Filátko z Mořského vlka s citrónovým máslem servírovaného na restované zelenině z mrkve, cukrového hrášku a ředkviček, vařené brambory s pažitkou (4,7)
#vegetariánské
Lehké a zdravé- Cizrnové ragú s houbami a zeleninou, polníček (7)
#smažené
200g Smažený vepřový řízek s bramborovým salátem a citronem (1a,3,7,9,10,11)
#pasta-penne
se šunkou, hráškem, bílým vínem, smetanou a parmazánem (1a,3,7,12)
s restovanou cuketou, cherry rajčaty, rozmarýnovým máslem a mozzarellou (1a,3,7)

STŘEDA

#polévka
Kuřecí vývar s masem a nudlemi (1a,3,9)
Italský bramborový krém s bazalkovým pestem (7,8)
#vegetariánské
Lehké a zdravé- Alo ghobi: restovaný květák po indicku s vařenými bramborami (7,12)
#hlavní jídlo
200g Dušená vepřová plec na hlívě ústřičné s farfalemi nebo dušenou rýží (1a,3,7)
Slovenské strapačky s bílým kysaným zelím, uzenou krkovicí a vídeňskou cibulkou (1,3,7)
200g V.J- Steak z krůtích prsou s bylinkovým kuskusem a dušeným hráškem na másle (1a,3,7)
200g Hovězí krk na česneku se špenátem a bramborovým nebo houskovým knedlíkem (1a,3,7)
#akce
Tb- alla carte 250g Grilovaný jehněčí hřebínek v bylinkové krustě s batátovým pyré a konfitovaným česnekem s rozmarýnem (7)
VEČEŘE
200g Krůtí játra na majoránce s dušenou rýží (1a,7,12)
200g Filírovaná vepřová panenka s pečenými grenailemi, restovanou cuketou a jemnou holandskou omáčkou (3)
#akce
Tb- alla carte 250g Grilovaný jehněčí hřebínek v bylinkové krustě s batátovým pyré a konfitovaným česnekem s rozmarýnem (7)
#vegetariánské
Lehké a zdravé- Alo ghobi: restovaný květák po indicku s vařenými bramborami (7,12)
#smažené
200g Smažený vepřový řízek s bramborovým salátem a citronem (1a,3,7,9,10,11)
#pasta-penne
se šunkou, hráškem, bílým vínem, smetanou a parmazánem (1a,3,7,12)
s restovanou cuketou, cherry rajčaty, rozmarýnovým máslem a mozzarellou (1a,3,7)

ČTVRTEK

#snídaně
Topinka s pikantní masovou směsí, sypaná sýrem gouda (1a,7,12)
#polévka
Vývar z pečené zeleniny se špenátovou sedlinou (3,7,9)
Frankfurtská s párkem a bramborami (1a,7)
#vegetariánské
Lehké a zdravé–Pošírované vejce s polentovou kaší, dušenou baby karotkou a rukolou (7)
#hlavní jídlo
200g Krůtí játra na majoránce s dušenou rýží (1a,7,12)
#vegetariánské
Zapečené palačinky s tvarohem a meruňkami (1a,3,7)
#hlavní jídlo
200g V.J- Vepřový bok v hoisin omáčce s pšeničnými nudlemi se zeleninou (1a,3,6)
200g Nadívaná kuřecí roláda s mléčnou bramborovou kaší a cibulovým salátem (1a,3,7,12)
#akce
Tb-alla carte- Ramen s marinovanou hovězí roštěnou, Soba nudlemi, vejcem, mungo klíčky, chilli, shitake houbami, mrkví a koriandrem (1a,3,6)
VEČEŘE
200g Vepřové nudličky z pečeně po námořnicku s rýží basmati (1a,3,7)
250g Králík v hořčičné omáčce servírovaný s mačkanými bramborami s podmáslím (1a,7,10)
#akce
Tb-alla carte- Ramen s marinovanou hovězí roštěnou, Soba nudlemi, vejcem, mungo klíčky, chilli, shitake houbami, mrkví a koriandrem (1a,3,6)
#vegetariánské
Zapečené palačinky s tvarohem a meruňkami (1a,3,7)
300g Smažený květák s vařenými bramborami s pažitkou a tatarskou omáčkou (1a,3,7,10,11,12)
#pasta-penne
se šunkou, hráškem, bílým vínem, smetanou a parmazánem (1a,3,7,12)
s restovanou cuketou, cherry rajčaty, rozmarýnovým máslem a mozzarellou (1a,3,7)

PÁTEK

#polévka
Silný hovězí vývar s petrželovým kapáním (1a,3,7,9)
Květáková polévka s vejcem (1a,3,9)
#vegetariánské
Lehké a zdravé – Restovaná středomořská zelenina s bulgurem a omáčkou z pečených paprik a česneku, rukola (1a)
#hlavní jídlo
300g Pečená kuřecí čtvrtka na kmíně s petrželovým kuskusem (1a,3,7)
200g Vepřové nudličky z pečeně po námořnicku s rýží basmati (1a,3,7)
200g Smažený Holandský řízek se sýrem ementál s bramborovou kaší a okurkou (1a,3,7,10,11,12)
200g V.J- Grilovaný losos s mléčnou bramborovou kaší a salátem z barevných cherry rajčat s jarní cibulkou a bazalkovým pestem (4,7,12)
#akce
Tb-alla carte: 200g Grilované kachní prso v pepřovém koření podávané na italském krémovém rizotu s pečenou dýní Hokaido (7,12)
VEČEŘE
200g Hamburská vepřová plec s kousky šunky a okurek, servírovaná s kynutým houskovým knedlíkem (1,3,7,9,10)
200g Grilovaný krůtí steak z prsou na tymiánu se sýrovou omáčkou a hranolky (7)
#akce
Tb-alla carte: 200g Grilované kachní prso v pepřovém koření podávané na italském krémovém rizotu s pečenou dýní Hokaido (7,12)
#vegetariánské
Lehké a zdravé – Restovaná středomořská zelenina s bulgurem a omáčkou z pečených paprik a česneku, rukola (1a)
300g Smažený květák s vařenými bramborami s pažitkou a tatarskou omáčkou (1a,3,7,10,11,12)
#pasta-penne
se šunkou, hráškem, bílým vínem, smetanou a parmazánem (1a,3,7,12)
s restovanou cuketou, cherry rajčaty, rozmarýnovým máslem a mozzarellou (1a,3,7)

SOBOTA

#polévka
Hrachová s krutony (1a)
#vegetariánské
Trhaný listový salát se zeleninou, kousky kuřecího masa a jogurtovým dresinkem s pažitkou (7)
200g Smažené žampiony s vařenými bramborami a tatarskou omáčkou (1a,3,7)
#hlavní jídlo
Italské krémové rizoto s hráškem a šunkou zdobené rukolou a parmazánem (7,12)
200g Znojemská hovězí pečeně s dušenou basmati rýží (1a,3)
VEČEŘE
200g Vepřová plec na pepři s rýží nebo kolínky (1a,3,7)
200g Kuřecí prso zapečené rajčaty a mozzarellou s bazalkovým pestem a mačkanými bramborami s cibulkou (7)
#vegetariánské
Krupicová kaše s čokoládou, slaným karamelem a borůvkami (1a,7)
100g Smažený hermelín s vařenými bramborami s petrželkou a tatarskou omáčkou brusinkami (1a,3,7,10,12)
#pasta-penne
se šunkou, hráškem, bílým vínem, smetanou a parmazánem (1a,3,7,12)
s restovanou cuketou, cherry rajčaty, rozmarýnovým máslem a mozzarellou (1a,3,7)

NEDĚLE

#polévka
Hovězí vývar s kapáním (1a,3,9)
#vegetariánské
Nasi Goreng- smažená rýže se zeleninou a sázeným vejcem (3,6,12)
#hlavní jídlo
200g Sekaná s vejcem, bramborovou kaší a kyselou okurkou (1a,3,7,10
,12)
200g Kuřecí prso po sečuánsku s jasmínovou rýží (6,12)
200g Krůtí maso pečené na způsob bažanta s červeným zelím a bramborovým knedlíkem (1,3,10,12)
VEČEŘE
300g Kuřecí paličky po italsku s olivami, rajčaty, cuketou a šalvějí s došenou rýží (7)
200g Medailonky z vepřové panenky s gorgonzolovou omáčkou a pečenými bramborami s červenou cibulí (1a,7)
#vegetariánské
Nasi Goreng- smažená rýže se zeleninou a sázeným vejcem (3,6,12) 59Kč
100g Smažený hermelín s vařenými bramborami s petrželkou a tatarskou omáčkou brusinkami (1a,3,7,10,12)
#pasta-penne
se šunkou, hráškem, bílým vínem, smetanou a parmazánem (1a,3,7,12)
s restovanou cuketou, cherry rajčaty, rozmarýnovým máslem a mozzarellou (1a,3,7)