

## Jedálny a nápojový lístok

**Biolka**

[www.biolka.sk](http://www.biolka.sk)

Vitajte v našej rodinnej krčmičke  
a pekárničke.

Jedálny lístok platný od 01.06.2019

## Život je zmena

zmena nás vytrhne zo stereotypov a núti k bdlosti,  
zmena býva často aj vystúpením z komfortnej zóny.

V Biolke sme sa pre ňu rozhodli tiež.

Výrazne sme okresali ponuku jedál, no budeme ich  
obmieňať približne každé dva mesiace, aby sa Vám  
neprejedli☺

Čo si od toho sľubujeme ?

Že ušetríme Váš čas čakania na jedlo,  
že budeme viac variť z dostupnej čerstvej zeleniny,  
že zabezpečíme viac sezónnych jedál.

Takto to funguje v modernej gastronómii, veríme, že to  
bude fungovať aj u nás.

Prajeme Vám dobrú chuť!



## Polievky

Ponuka v týždni z denného menu 0,33l €1,50

Ponuka cez víkend 0,33l €2,00

**smena A**

## Hlavná ponuka jedál

Hovädzí stroganov 150g \*(10) €8,50

Domáce zemiakové gnocchi na cibulke s cesnakom,  
prosciutto šunkou, mozzarellou a špenátom  
\*(1,7) 270g €8,20

Kurací grilovaný plátok na bylinkovom masle  
150g \*(7) €6,50

Robi mäso na grile (zmes rastlinných pšeničných  
bielkovín, klíčkov a červenej repy) \*(1,6) 200g €4,90

- so pšenom, mrkvou a suš. kvasnicami 300g €7,50

Sójový guláš na požiadanie pikantný, alebo  
nepikantný \*(1,6,10) 250g €4,90

\*Zoznam konkrétnych alergénov nájdete na poslednej strane.  
Všetky gramáže sú udávané v surovom stave, pred tepelným spracovaním.  
Pri polovičných porciách si účtujeme 70% ceny

**smena A**

## Podomácky a celozrnné

Špaldové halušky s bryndzou a slaninkou 300g  
\*(1,3,7) €7,60

Bryndzové pirohy špaldové so slaninou a  
cibuľou 300g \*(1,3,7) €8,20

Slivkové pirohy špaldové s orechami alebo  
makom 270g \*(1,3,7,8) €8,20

Domáce zemiakové šúľance pšeničné s makom  
alebo orechami 300g \*(1,3,7,8) €8,20

Palacinky zo špaldovej celozrnnnej bio múky  
- s tvarohom a čokoládou 270g \*(1,3,7) €6,50  
- s karamelovou plnkou 270g \*(1,3,7) €6,50

Parené buchty zo špaldovej bio múky posypané  
s orechami, makom alebo kakaom  
- plnené slivkovým lekvárom 270g \*(1,7,8) €7,50



## Dobrá chuť !

\*Zoznam konkrétnych alergénov nájdete na poslednej strane.  
Všetky gramáže sú udávané v surovom stave, pred tepelným spracovaním.  
Pri polovičných porciách si účtujeme 70% ceny.

## smena A

### Veľké šaláty

**Miešaný šalát** z čerstvej zeleniny s medovým dressingom a zapekanou žemličkou so syrom

200g \*(1,7,10) €5,50

+ **kuracie mäso** 150g \*(1,7,10) €6,90

+ **grilovaný encián** 120g \*(1,7,10) €6,90

**Miešaný šalát** z čerstvej zeleniny s cviklou, feta syrom, orechami a zapekanou žemličkou

200g (1,7,10) €6,90

### Prílohy

**Špaldové halušky** 200g \*(1,3) vlastnej výroby z bio špaldovej celozrnnej múky €1,90

**Knedľa** 120g \*(1) vlastnej výroby z bio špaldovej celozrnnej múky €1,90

**Ryža Natural** 200g €1,50

**Varené zemiaky** 200g €1,60

**Pečené zemiaky** 200g €1,90

**Grilovaná zelenina** 200g €4,60



## smena A

### Niečo malé

**Zapekaná celozrnná žemlička s bylinkovým maslom**

- so šunkou a syrom 60g \*(1,7) €1,50

- so syrom 60g \*(1,7) €1,20

- s kozím syrom 60g \*(1,7) €1,50

- s nivou 60g \*(1,7) €1,50

- s pestom a mozzarellou 60g \*(1,7) €1,50

- s olivovým olejom 60g \*(1) €1,20

**Chrumkavé grilované kuracie krídelka** 450 g  
v medovej marináde s kyslou oblohou  
a našim domácim chlebíkom €6,90

Ponuka platí len počas víkendov a sviatkov !

### Sladké pokušenie

**Zmrzlinový pohár**

- **vanilková + malinový sorbet** so šľahačkou a horúcimi malinami 150g \*(7) €4,50

\*Zoznam konkrétnych alergénov nájdete na poslednej strane  
Všetky gramáže sú udávané v surovom stave, pred tepelným spracovaním.  
Pri polovičných porciách si účtujeme 70% ceny.



## Polievky

Ponuka v týždni z denného menu 0,33l €1,50  
Ponuka cez víkend 0,33l €2,00

**smena B**

## Hlavná ponuka jedál

**Medajlónky z bravčovej panenky** v horčicovej omáčke s kokosovou smotanou 150g \*(10) €9,50

**Kurací plátok** na prírodno s **grilovaným enciánom** 150g \*(7) €7,90

**Marinované tofu** s dusenou zeleninou na masle 300g \*(6) €6,50

**Sumček na masle** \*(4,7) cena závisí od gramáže, cena za 100 g €6,30

**Bio tempeh** na šťave \*(6) 150g €5,50

\*Zoznam konkrétnych alergénov nájdete na poslednej strane.  
Všetky gramáže sú udávané v surovom stave, pred tepelným spracovaním.  
Pri polovičných porciách si účtujeme 70% ceny.

**smena B**

## Podomácky a celozrnné

**Špaldové halušky s bryndzou a slaninkou** 300g \*(1,3,7) €7,60

**Opekané zemiakové gnocchi** na slano s tvarohom, kyslou smotanou a cibuľkou 300g \*(1,3,7) €8,20

**Slivkové pirohy špaldové** s orechami, alebo makom 270g \*(1,3,7,8) €8,20

**Domáce zemiakové šúľance pšeničné** s makom alebo orechami 300g \*(1,3,7,8) €8,20

**Tvarohové guľky** obalené v maslovej strúhanke s ovocnou omáčkou 270g \*(1,7) €7,50

**Parené buchty** zo špaldovej bio múky s posýpkou na výber : (s orechami, makom alebo kakaom )

- plnené tvarohom 270g \*(1,7,8) €7,50
- plnené slivkovým lekvárom 270g \*(1,7,8) €7,50



## **Dobrá chuť !**

\*Zoznam konkrétnych alergénov nájdete na poslednej strane.  
Všetky gramáže sú udávané v surovom stave, pred tepelným spracovaním.  
Pri polovičných porciách si účtujeme 70% ceny.

**smena B**  
**Veľké šaláty**

**Miešaný šalát** z čerstvej zeleniny s **medovým dressingom** a zapekanou žemličkou so syrom

200g \*(1,7,10) €5,50

+ **kuracie mäso** 250 g \*(1,10) €6,90

**Miešaný šalát** z čerstvej zeleniny s balsamicom, **kozím syrom** a zapekanou žemličkou 200g \*(1,7,10,12) €6,90

**Prílohy**

**Špaldové halušky 200g** vlastnej výroby z bio špaldovej celozrnnej múky \*(1,3) €1,90

**Knedľa 120g** vlastnej výroby z bio špaldovej celozrnnej múky \*(1) €1,90

**Ryža Natural 200g** €1,50

**Varené zemiaky 200g** €1,60

**Pečené zemiaky 200g** €1,90

**Dusená červená kapusta 150g** €1,50



**smena B**  
**Niečo malé**

**Zapekaná celozrnná žemlička s bylinkovým maslom**

- so šunkou a syrom 60g \*(1,7) €1,50
- so syrom 60g \*(1,7) €1,20
- s kozím syrom 60g \*(1,7) €1,50
- s nivou 60g \*(1,7) €1,50
- s pestom a mozzarellou 60g \*(1,7) €1,50
- s olivovým olejom 60g \*(1) €1,20

**Plnená pšeničná celozrnná žemľa** \*(1,6,11)  
s **kuracím mäskom „gyros“** 180g €5,90  
alebo  
so **šošovicovou fašírkou** 180g €4,90

**Ponuka platí len cez víkendy a sviatky !**

**Sladké pokušenie**

**Zmrzlinový pohár**

- **vanilková + malinový sorbet** so šľahačkou a horúcimi malinami 150g \*(7) €4,50

\*Zoznam konkrétnych alergénov nájdete na poslednej strane.  
Všetky gramáže sú udávané v surovom stave, pred tepelným spracovaním.  
Pri polovičných porciách si účtujeme 70% ceny.

## Šaláty a dressingy

Šaláty pripravujeme s umeoctom a pšeničným sirupom

Miešaný šalát 150g *(10)	€1,90
Kapustový 150g	€1,50
Paradajkový 150g	€1,70
Uhorkový 150g	€1,70
Ľadový šalát s rukolou a oliv. olejom 100g	€1,70
Kyslé uhorky 100g	€0,80
Nakladané feferónky 100g	€1,00
Čierne olivy 50g	€1,00
Cesnakový dressing 50g *(7,10)	€1,00
Kôprový dressing 50g *(7)	€1,00
Kyslá smotana 50g *(7)	€0,70
Kečup alebo horčica 50g *(10)	€0,50
Tvrdý syr strúhaný 30g *(7)	€0,50
Parmezán strúhaný 20g *(7)	€1,00

♥ Biolka pečie každý deň chutné a zdravé celozrnné koláčiky.  
Dnešnú ponuku máme na bare ♥

\*Zoznam konkrétnych alergénov nájdete na poslednej strane.

Všetky gramáže sú udávané v surovom stave, pred tepelným spracovaním.

Pri polovičných porciách si účtujeme 70% ceny.

## Nealkoholické nápoje

**ADELKA - prírodné slovenské ovocné šťavy €2,20**

Podiel bobuľovín 10 % na 90% jablčnej šťavy) 0,25l

brusnica , čučoriedka, arónia ,čierna ríbezľa  
a rakytník

**Liečivý nápoj KOMBUCHA** fermentovaný,

nepasterizovaný, jemne perlivý, detoxikujúci a osviežujúci v dvoch variantách :

**Lemongrass** 0,33l €2,20

**Zázvorová** 0,33l €2,20

**Bio džús 100% šťava Hasenfit** 0,25l €2,40

pomaranč, ríbezle, hruška, jablko, jahoda,

pomaranč s jablkom a mrkvou , jablko s bazou

**Bio NOW** 0,33l €2,30

Cola , orange, citrón

**Limonáda Bio Voelkel – Bio Zisch** 0,33l €2,30

Litschi, rebarbora, citrón so zázvorom, maliny s čiernymi ríbezľami

**Curiosity cola** Fentimans 0,275l €3,50

**Ružová limonáda** Fentimans 0,275l €3,50

**Tonic** Fentimans 0,2l €2,50

**Rajec** 0,33l sýtený , jemne sýtený , nesýtený €1,20

**Kofola čapovaná** 0,3l €0,60

**Kofola čapovaná** 0,5l €1,00

**Vinea** 0,25l biela alebo červená €1,40

**Mlieko** 0,1l \*(7) €0,40

## Teplé nápoje

<b>Espresso</b> malé, veľké, alebo bezkofeínové 7g	
<b>bez mlieka</b>	€1,30
<b>s mliekom</b>	€1,50
<b>s kokosovým mliekom</b>	€1,80
<b>Espresso veľké so šľahačkou</b>	€2,30
<b>Ľadová káva</b>	€2,90
<b>Káva zalievaná popradská 12g</b>	€1,50
<b>Špaldová instantná káva 7g</b>	€1,30
<b>Horúca čokoláda 0,1l</b>	€2,70
<b>ČAJ Bio bylinkový 0,25l</b>	€1,50
Mäta, lipa, šípky, medovka, echinacea	
<b>ČAJ ovocný 0,25l</b>	€1,70
rooibos, čierny, podľa ponuky	
<b>ČAJ zelený sypaný 0,25l</b>	€2,60
<b>Mliečko do kávy 15ml</b>	€0,30
<b>Šľahačka</b>	€1,00



## Pivo čapované nepasterizované

<b>12• Bernard nefiltrovaný 0,3l</b>	€1,20
<b>12• Bernard nefiltrovaný 0,5l</b>	€1,80
<b>10• Bernard svetlý 0,3l</b>	€1,00
<b>10• Bernard svetlý 0,5l</b>	€1,50

## Pivo fľaškové

<b>16• Bernard Bohemian Ale 0,33l</b>	€2,20
<b>12• Bernard tmavý nepasterizovaný 0,5l</b>	€2,00
<b>12• Bernard sviatočný nepasterizovaný 0,5l</b>	€1,90
<b>Nealko Bernard slivkový 0,5l</b>	€1,80
<b>Nealko Bernard višňový 0,5l</b>	€1,80
<b>Nealko Bernard Free 0,5l</b>	€1,40
<b>Nealko Bernard polotmavý 0,5l</b>	€1,50
<b>BIO nealko špaldové Riedenburger 0,33l</b>	€2,40
<b>BIO nealko RADLER špaldové 0,33l</b>	€2,40

## Vínko rozlievané na dobrú náladu máme modranské

**Biele víno 0,1l** podľa aktuálnej ponuky €0,60

**Červené víno 0,1l** podľa aktuálnej ponuky €0,70

### Vínko - Fľaše Miroslav Dudo, Modra

#### Biele víno

**Rizling rýnsky**, suché 0,75l €12,00

**Chardonnay** suché 0,75l €12,00

**Sauvignon** Kabinetné, suché 0,75l €12,00

**Naše Cuvée** zo starých viníc, suché 0,75l €12,00

**Devín** Neskorý zber, polosuché 0,75l €14,50

#### Červené víno

**Zweigeltrebe** Neskorý zber, suché 0,75l €14,50

**Cabernet Sauvignon** Neskorý zber, suché 0,75l €14,50

**Móže byť** Akostné značkové víno, suché 0,75l €14,50

#### Ružové víno

**Cabernet Sauvignon Rosé**

kabinetné, polosuché 0,75l €12,00



## Niečo ostrejšie

### DOPORUČUJEME

#### Čisté destiláty Marsen:

Slivovica 52% 0,02l €2,70

Hruškovica 52% 0,02l €2,70

Hruškovica s prísadou medu 38% 0,02l €2,40

Marhuľa Veľkopopovická odrodový destilát 42,3% 0,02l €2,40

#### Liehoviny Marsen:

Hruška Vilmoška 38% 0,04l €2,50

Slivka tradične dobrá 38% 0,04l €2,50

#### Likéry Marsen:

Višňa s prísadou medu 30% 0,04l €2,10

Malina s prísadou medu 30% 0,04l €2,30

Bylinky horké 38% 0,04l €2,30

Kaliber bylinný likér 35% 0,04l €2,10



# Biolka

## Staré známe:

Portské - Royal Oporto Tawny 10 ročné 0,04l	4,50
Martini bianco 0,04l	€1,20
Becherovka 38% 0,04l	€1,70
Demänovka 38% 0,04l	€1,50
Fernet Stock 40% 0,04l	€1,30
Fernet Stock citrus 30% 0,04l	€1,30
Tullamore Dew Irish Whiskey 0,04l	€3,00
Jameson Irish Whiskey 0,04l	€3,00
Chivas Regal Scotch Whisky 12 ročná 0,04l	€3,90
Maxime Trijol V.S.O.P. Cognac 0,04l	€4,20
Karpatské brandy špeciál 0,04l	€3,60
Vodka Finlandia 0,04l	€2,00
Gin Beefeater 0,04l	€2,10
Havana Anej especial 0,04l	€2,60



## Na zdravie !

Sme krčmička, v ktorej nájdete zdravšie varianty známych jedál. Napríklad všetky naše jedlá v sekcii „Podomácky“ sú z celozrnných bio múk zo Slovenska. Namiesto bieleho cukru používame nerafinovaný bio trstinový cukor. prípadne obilné sirupy. Máme aj pestrú ponuku vegetariánskych jedál. A mimochodom, u nás nenájdete fritézu, takže všetky jedlá pripravujeme vždy na čerstvom oleji, teda žiadny prepálený tuk, alebo fritované jedlá vám u nás nehrozia.

Využite príležitosť oskúšať, že aj zdravšie varianty halušiek, palacínok, parených buchiet, či koláčov z celozrnej múky osladené hnedým cukrom môžu chutiť výborne.

Ak porovnávate naše ceny s inými prevádzkami, možno Vám pomôže naše porovnanie:

cena bielej pšeničnej múky : celozrnej bio špaldovej = 1:5,  
biely rafinovaný cukor : prírodnému trstinovému nerafinovanému = 1:5

vajíčka z klieťového chovu : vajíčka z malej farmy chované vo voľnom chove 1:3

margarín : margarín bio nestužený 1: 4

zemiaky : bio zemiaky 1 : 2

snažíme sa vždy keď to ide pri príprave našich jedál používať bio a lokálne suroviny.

**Čo sú to bio potraviny?** Sú to akékoľvek potraviny, ktoré vznikli čo najprirodzenejším spôsobom v rámci ekologického poľnohospodárstva. V kvalite bio je dnes na trhu od zeleniny, obilnín, strukovín, cez vajička, mäsa, salámy až po pochúťiny ako sú koláče, čipsy, zmrzlina, víno, pivo, káva a čokoláda. Bio znamená čisté - pripravené bez chemických hnojív, konzervantov, farbív.

Okrem reštaurácie sme ale aj **pekáreň**. Všetky naše pekárenské výrobky sú pečené z múky v BIO kvalite, BIO nestuženého margarínu a sladené trstinovým BIO cukrom alebo pšeničným sladom. Vajička máme od malých farmárov z voľného chovu. Namiesto fosfátových kypridiel používame BIO vínny kameň a namiesto vanilínu máme v koláčoch vanilku. Každý deň pečieme niečo iné – naša aktuálna ponuka je na bare. Veríme, že si vyberiete.

Väčšina je zo špaldovej múky. **Čo je to špalda?** Je to prastará neprešlachtená odroda – pšenica špaldová – predchodca pšenice. Obsahuje viac minerálnych látok a vitamínov skupiny B ako klasická pšenica. Vlákna v špaldovom zrne viaže na seba škodlivé látky ktoré sa lepšie dostávajú z organizmu a tak pôsobí ako prevencia pred vážnymi chorobami. Špalda je výborná na liečenie niektorých alergií a zároveň regeneruje bunky, posilňuje imunitný systém a chráni telo pred infekciami. Lepok špaldy je ľahšie stráviteľný ako pšeničný. Špaldová káva znižuje prekyslenie organizmu. O priaznivých účinkoch špaldy na náš organizmus už písala aj svätá Hildegarda.

## Vitajte v našej krčmičke

Potrebuje sa pripojiť? 


**WiFi**




Heslo na wifi: dajsikolac

---

Chcete si skrátiť dlhú chvíľu?

 Požičajte si knihu, alebo časopis z našej police pri zadnej stene.

Všetky naše pekárenské dobroty sa dajú aj objednať. Okrem koláčov a chlebíkov aj parené buchty a knedle zo špaldovej múky. Spýtajte sa obsluhy 

---

Zoznam alergénov:

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, makadanové 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. **Vlčí bôb** a výrobky z neho.
14. **Mäkkýše** a výrobky z nich.

**Prajeme Vám príjemne  
posedenie.**

**Vaša Biolka**

