



týždeň

Jednoduché recepty

NÁVRH

10.12.2012 - 14.12.2012

PONDELOK	10.12.2012	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Raňajky:		
Desiata: Ovocie /jablko, hruška, pomaranč, mandarínka, banán/		
Obed: 13.011 Halušky so syrom a smotanou - 1,7		
Olovrant: 23.007 Termix - 7	Polievka: 5.128 Zemiaková	
Večera: 9.002 Ázijská kuracia panvica, 16.011 Ryža dusená	s taveným syrom - 7	
UTOROK	11.12.2012	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Raňajky: Posúch cesnakový - 1		
Desiata: Ovocie /jablko, hruška, pomaranč, mandarínka, banán/		
Obed: 6. 009 Hovädzí guláš mexický, 16.011 Ryža dusená - 7		
Olovrant: 20.036 Puding vanilkový - varený - 7	Polievka: 5.101 Šutolica - 12	
Večera: 13.033 Sójové soté, 16.001 Cestoviny - 1,6		
STREDA	12.12.2012	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Raňajky: Kakaový koláč, mlieko - 1,7		
Desiata: Ovocie /jablko, hruška, pomaranč, mandarínka, banán/		
Obed: 9.043 Rizoto z hydínového mäsa so zeleninou, čalamáda - 9		
Olovrant: 23.005 Jogurt ovocný - 7	Polievka: 5.083 Kuracia - 9	
Večera: 19.021 Nátierka lečová zimná, 3.008 Chlieb - 1,3,7		
ŠTVRTOK	13.12.2012	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Raňajky: 19.072 Nátierka zeleninová, Pečivo slané - bageta, zelenina - 1,3 /čín. kapusta, pór, cibuľka/		
Desiata: Zeleninový šalát /strúhaná zelenina- resp. rôzna miešaná zelenina s nálevom/		
Obed: 7.025 Bravčové stehno sikulské, 16.005 Knedľa kysnutá - 1,7,12		
Olovrant: 23.007 Termix - 7	Polievka: 5.119 Z vaječnej	
Večera: 11.001 Bravčová pečeň na cibuli, 16.001 Cestoviny - 1	zápražky - 3,9	
PIATOK	14.12.2012	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Raňajky: 19.076 Nátierka zo syra tofu, 3.008 Chlieb, zelenina - 1,6 /paprika, čín. kapusta, pór, cibuľka/		
Desiata: Zeleninový šalát /strúhaná zelenina- resp. rôzna miešaná zelenina s nálevom/		
Obed: 14.041 Šišky s čokoládovo – orieškovým krémom - 1		
Olovrant: Ovocie, keks - 1 /jablko, hruška, pomaranč, mandarínka, banán/	Polievka: 5.014 Fazuľová kyslá	
Večera:	s mäsom a zemiakmi - 7	

Schválila: Dňa: 28.11.2012

® vlastná výroba



* Číslice uvedené pred jednotlivými jedlami sú čísla receptúr MSN /Materiálových spotrebných noriem, vyd. v roku 2010, MŠ SR/

PhDr. Jana Tvarožková

Riaditeľka DSS

Zdenka Černická

Hlavný kuchár

Mgr. Marcela Šimurdová

Zdravotník

► ALERGÉNY: 1 OBIILNINY, 2 KÔROVCE, 3 VAJCIA, 4 RYBY, 5 ARAŠIDY, 6. SÓJOVÉ ZRNÁ, 7 MLIEKO, 8 ORECHY, 9 ZELER, 10 HORČICA, 11 SEZAM, 12 KYSLIČNÍK SIRIČITÝ A SIRIČITANY