



týždeň

Jednoduché recepty

7.1.2013 - 11.1.2013

PONDELOK**7.1.2013****Raňajky:****Desiata:** **Ovocie** /jablko, pomaranč, mandarínka, banán/**Obed:** 12.006 Cestovina zapekaná s klobásou, šalát z kyslej kapusty - 1,3,7,12**Olovrant:** 23.007 Termix - 7**Polievka:** 5.011 Cibuľová - 9**Večera:** 19.021 Nátierka lečová zimná, 3.008 Chlieb - 1**UTOROK****8.1.2013****Raňajky:** Pečivo sladké - šatôčka marmeládová, mlieko - 1,7**Desiata:** Šalát miešaný /rôzna strúhaná alebo krájaná zelenina alebo ovocie v náleve/**Obed:** 9.030 Kuracie stehná pečené na masle, 16.015 Ryža zeleninová, zeleninová obloha**Olovrant:** 23.005 Jogurt ovocný - 7**Polievka:** 5.081 Sedliacka - 9**Večera:** 9.034 Morčací paprikáš, 16.001 Cestoviny - 1,7,10**STREDA****9.1.2013****Pitný režim dňa:** Ovocný čaj, ovocný nápoj**Raňajky:** 19.055 Nátierka vajíčková s kečupom, 3.008 Chlieb, zelenina - 1,3 /cibuľka, pórik, red'kovka/**Desiata:** **Ovocie** /jablko, pomaranč, mandarínka, banán/**Obed:** 7.006 Bravčové plátky na horčici, 16.035 Zemiaky varené, zeleninový šalát - 1,10**Olovrant:** 23.007 Termix - 7**Polievka:** 5.038 Hrástková - 9**Večera:** Maslo rama, pečivo slané - bageta, zelenina - 1,7 /paprika, paradajka, čínska kapusta/**ŠTVRTOK****10.1.2013****Pitný režim dňa:** Ovocný čaj, ovocný nápoj**Raňajky:** 19.028 Nátierka sardinková so syrom, pečivo, zelenina - 1,4 /čínska, kapusta, pór, red'kovka, cibuľa/**Desiata:** Šalát miešaný /rôzna strúhaná alebo krájaná zelenina alebo ovocie v náleve/**Obed:** 9.016 Kuracie prsia na kukurici, 16.011 Ryža dusená, zeleninový šalát**Olovrant:** 23.005 Jogurt ovocný - 7**Polievka:** 5.077 Rassolník - 7,9**Večera:** 13.045 Špagety so syrom a kečupom - 1**PIATOK****11.1.2013****Pitný režim dňa:** Ovocný čaj, ovocný nápoj**Raňajky:** 19.011 Nátierka džemová, pečivo slané - bageta, mlieko - 1,7**Desiata:** **Ovocie** /jablko, pomaranč, slivky, nektarinky, banán/**Obed:** 14.007 Dukátové buchtičky so sladkým vanilkovým krémom - 1,7**Olovrant:** 23.007 Termix - 7**Polievka:** 5.085 Sójová - 6,9**Večera:****Schválila:****Dňa: 4.1.2013****® 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 KÓROVCE, 3 VAJCIA, 4 RYBY, 5 ARAŠIDY, 6. SÓJOVÉ ZRNÁ, 7 MLIEKO, 8 ORECHY, 9 ZELER, 10 HORČICA, 11 SEZAM, 12 KYSLIČNÍK SIRIČITÝ A SIRIČITANY