

49. týždeň

Jedálny lístok

2019

2.12.2019 - 6.12.2019

PONDELOK	02.12.2019	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Desiata: Ovocie		
Obed: Mexický hovädzí guláš 150g, / ryža 190g, hrášok 40g, syr 20g /		7
Olovrant: Acidofilné mlieko ovocné		Polievka: Fazuľková lusková 1,7
Večera: Kapustové fliačky 280g / slané, sladké /	1	0,25 l
UTOROK	03.12.2019	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Raňajky: Nátierka cesnaková, chlieb, zelenina		
Desiata: Ovocie		
Obed: Bravčové karé 150g, na šampiňónoch 30g, zemiaková kaša 250g		1,7
Olovrant: Termix		Polievka: Kuracia s rezancami 1
Večera: Špagety 280g so syrovou omáčkou 100g	1,7	0,25 l
STREDA	04.12.2019	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Raňajky: Nátierka kápiová, chlieb, zelenina		
Desiata: Ovocie		
Obed: Pečené kuracie stehno 240g, ryža 190g, kompót 100g		7
Olovrant: Jogurt ovocný		Polievka: Mrkvová s hráškom a mrvenicou
Večera: Šúlace s opraženou strúhankou a maslom 280g	1,7	0,25 l
ŠTVRTOK	05.12.2019	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Raňajky: Maslo, strúhaný syr, chlieb, zelenina		
Desiata: Ovocie		
Obed: Plnený kelový list s ryžou a mäsom 160g, kel, zemiaky 250g		1,3
Olovrant: Acidofilné mlieko ovocné		Polievka: Zelerová s pohánkou 9
Večera: Lečo s vajcom 280g, chlieb 40g	1	0,25 l
PIATOK	06.12.2019	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Raňajky: Nátierka z treškej pečene, chlieb, zelenina	4	
Desiata: Ovocie		
Obed: Ryžový nákyp s ovocím 350g	3,7	Polievka: Rosolník 1
Olovrant: Detská výživa		

Dňa: 29.11.2019

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

Schválila:

PhDr. Jana Tvarožková

riaditeľka DSS

Janka Ševčovičová

vedúca prev.kuchyne

Mgr. Mariana Ovsanik

vedúca ÚOaOS

ALERGÉNY: 1 OBI LNINY, 2 KÓROVCE, 3 VAJCIA, 4 RYBY, 5 ARAŠIDY, 6. SÓJOVÉ ZRNÁ, 7 MLIEKO, 8 ORECHY, 9 ZELER, 10 HORČICA, 11 SEZAM, 12 KYSLIČNÍK SÍRČITÝ A SÍRČITANY

V súlade so Zásadami zostavovania jedálnych lístkov do všetkých polievok pridávame obilniny (krúpk, ovsené vločky, pohánku)

Zeleninové šaláty, prílohy, polievky ako aj ostatné jedlá, sú pripravované výlučne z čerstvej zeleniny (okrem mrazeného hrášku, špenátu a kukurice)

Hmotnosť mäsa je uvedená v surovom stave.