

4. týždeň


Jedálny lístok

2020

20.1.2020 - 24.1.2020

| | | | | |
|-----------|---|------------|---|--------|
| PONDELOK | | 20.1.2020 | Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj | |
| Desiata: | Ovocie | | | |
| Obed: | Kuracie soté 150g s ananásom, ryža 190g | | | |
| Olovrant: | Acidofilné mlieko ovocné | | Polievka : Paradajková s pohánkou | |
| Večera: | Strapačky s kyslou kapustou 350g | | 1,3 | 0,25 l |
| UTOROK | | 21.1.2020 | Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj | |
| Raňajky: | Nátierka drožd'ová, chlieb, zelenina | | | |
| Desiata: | Ovocie | | | |
| Obed: | Prírodný bravčový rezeň / karé / 150g , zemiaková kaša 250g, šalát miešaný 100g 1,7 | | | |
| Olovrant: | Termix | | Polievka: Zelerová s ovs.vločkami 1,9 | |
| Večera: | Kysnutý ovocný osúch s mrvenicou 350g | | 1,3,7 | 0,25 l |
| STREDA | | 22.1.2020 | Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj | |
| Raňajky: | Nátierka so strúhaným syrom, chlieb, zelenina | | | |
| Desiata: | Ovocie | | | |
| Obed: | Hovädzie mäso dusené 150g , kelový prívarok 200g , chlieb 50g 1 | | | |
| Olovrant: | Jogurt ovocný | | Polievka: Mrkvová s cestovinou 0,25 l | |
| Večera: | Špagety s kečupom 300g, syr 30g | | 1,7 | |
| ŠTVRTOK | | 23.01.2020 | Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj | |
| Raňajky: | Nátierka cicerová, chlieb, zelenina | | | |
| Desiata: | Ovocie | | | |
| Obed: | Bravčový perkelt so smotanou 150g, cestovina mušličky 190g 1,7 | | | |
| Olovrant: | Acidofilné mlieko ovocné | | Polievka: Šošovicová sladká 1 0,25 l | |
| Večera: | Karfiol s vajcom 200g, zemiaky 250g, čalamáda 100g | | 3 | |
| PIATOK | | 24.1.2020 | Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj | |
| Raňajky: | Nátierka z treškej pečene, chlieb, zelenina 4 | | | |
| Desiata: | Ovocie | | Guľášová 1 | |
| Obed: | Rezance 300g s makom , jablko | | 1,7 | 0,25 l |
| Olovrant: | Detská výživa | | | |

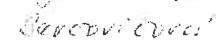
Dňa: 17.01.2020

Schválila: 

PhDr. Jana Tvarožková

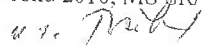
riaditeľka DSS

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



Janka Ševčovičová

vedúca prev.kuchyne



Mgr. Mariana Ovsanik

vedúca ÚOaOS

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

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.