

8. týždeň

Jedálny lístok
2020

17.2.2020 - 21.2.2020

PONDELOK		17.2.2020	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Desiata:	Ovocie		
Obed:	Špenátové hlaušky 300g, syrová omáčka 200g	1,3,7	
Olovrant:	Acidofilné mlieko ovocné 250g		Polievka: Šošovicová sladká 1 0,25 l
Večera:	Kuracie prsia na paprike 150g, zemiaky 250g		
Utorok		18.2.2020	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Raňajky:	Bábovka mramorová s maslom		
Desiata:	Ovocie		
Obed:	Pečené kuracie stehno 240g, ryža 190g, kompót 150g	7	
Olovrant:	Termix 90g		Polievka: Mrkvová s mrven. 1 0,25 l
Večera:	Zapekané zemiaky so syrom 300g, kyslá uhorka 50g	1,7	
STREDA		19.2.2020	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Raňajky:	Nátierka tvarohová, chlieb, zelenina		
Desiata:	Ovocie		
Obed:	Hovädzie mäso dusené 150g, chrenová omáčka 150g, zemiaky 250g	1,7	
Olovrant:	Jogurt ovocný 145g		Polievka: Paradajková s cestov. 1 0,25 l
Večera:	Cestovinový šalát s zeleninou 330g	1	
ŠTVRTOK		20.2.2020	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Raňajky:	Nátierka drožd'ová, chlieb, zelenina		
Desiata:	Ovocie		
Obed:	Bravčové karé 150g, na šampiňónoch 30g, cestovina mušličky 190g		
Olovrant:	Acidofilné mlieko ovocné 250g		Polievka: Karfiolová krém. 1 0,25 l
Večera:	Krupicové flamely s kakaom a maslom 300g	1,7	
PIATOK		21.2.2020	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Raňajky:	Nátierka sardinková, chlieb, zelenina	4	
Desiata:	Ovocie		
Obed:	Mexická fazuľa s klobásou 350g, chlieb 50g	1	
Olovrant:	Detská výživa 190g		Polievka: Cesnaková 1 0,25 l
Na jedálnom lístku uvedené hovädzie a bravčové mäso je slovenské a kuracie mäso je slovenské a české.			

Dňa: 14.02.2020

Schválila:

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

Janka Ševčovičová

Mgr. Mariana Ovsanik

PhDr. Jana Tvarožková
riaditeľka DSS

vedúca prev.kuchyne

vedúca ÚOaOS

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

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.