

5. týždeň

## Jedálny lístok

2020

27.1.2020 - 31.1.2020

<b>PONDELOK</b>	<b>27.1.2020</b>	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Desiata: Ovocie		
Obed: Kuracie prsia 150g zapekané s paradajkou 30g, syrom 30g, zemiaková kaša 250g	7	
Olovrant: Acidofilné mlieko ovocné		Polievka: Brokolicová
Večera: Šošovicový prívarok, varené vajce, chlieb	1,3	0,25 l
<b>Utorok</b>	<b>28.1.2020</b>	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Raňajky: Nátierka lečová, chlieb, zelenina		
Desiata: Ovocie		
Obed: Španielsky vtáčik bravčový 150g, ryža 190g, kyslá uhorka 50g	1,10	
Olovrant: Termix		Polievka: Fazuľková lusk. kyslá 1,7
Večera: Lievance s lekvárom 320g	1,3,7	0,25 l
<b>STREDA</b>	<b>29.1.2020</b>	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Raňajky: Nátierka špenátová, chlieb, zelenina		
Desiata: Ovocie		
Obed: Hovädzie mäso dusené 150g, dusená zelenina 100g, zemiaky 250g	1,7	
Olovrant: Jogurt ovocný		Polievka: Kuracia s rezancami 1 0,25 l
Večera: Rizoto kuracie, syr 330g, šalát 100g	7	
<b>ŠTVRTOK</b>	<b>30.1.2020</b>	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Raňajky: Nátierka šunková, chlieb, zelenina		
Desiata: Ovocie		
Obed: Segedínsky bravčový guláš 150g, knedľa 160g	1,3,7	
Olovrant: Acidofilné mlieko ovocné		Polievka: Cesnaková so zemiakmi
Večera: Cestovinový šalát so zeleninou 330g	1	0,25 l
<b>PIATOK</b>	<b>31.1.2020</b>	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Raňajky: Nátierka sardinková, chlieb, zelenina	4	
Desiata: Ovocie		
Obed: Šišky s lekvárom 320g	1,3,7	Rybia 1,4 0,25 l
Olovrant: Detská výživa		

Dňa: 24.01.2020

Schválila:

PhDr. Jana Tvarožková

riaditeľka DSS

\* Číslce 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 OBIILNINY, 2 KÔROVCE, 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 (krúčky, 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.