

12. týždeň

## Jedálny lístok

NÁVRH

2017

20.3.2017 - 24.3.2017

<b>PONDELOK</b>	<b>20.3.2017</b>	<b>Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj</b>
<b>Raňajky:</b>		
<b>Desiata:</b>	<b>Ovocie</b> /jablko, hruška, pomaranč, mandarínka, banán/	
<b>Obed:</b>	<b>10.015 Rybie filé pečené na masle, 16.019 Zemiaková kaša, uhorky steriliz., keks - muffin - 4,7</b>	
<b>Olovrant:</b>	<b>23.005 Jogurt ovocný - 1,7</b>	<b>Polievka: 5.011 Cibuľová</b>
<b>Večera:</b>	<b>7.015 Bravčové stehno na rasci, 16.033 Zemiaky varené, zelenin. šalát</b>	<b>so zemiakmi</b>
<b>UTOROK</b>	<b>21.3.2017</b>	<b>Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj</b>
<b>Raňajky:</b>	<b>Nátierkové maslo, pečivo graham., zelenina - 1,7 /paprika, paradajka, pór, red'kovka, cibuľka/</b>	
<b>Desiata:</b>	<b>Ovocie</b> /jablko, nektarínka, broskyňa, banán/	
<b>Obed:</b>	<b>9.030 Kuracie stehná pečené na masle, 16.015 Ryža zeleninová, zeleninová obloha</b>	
<b>Olovrant:</b>	<b>23.006 Acidofilné mlieko /ochutené/ - 7</b>	<b>Polievka: 5.041 Kalerábová</b>
<b>Večera:</b>	<b>12.007 Cestovinový šalát - 1,3,7,9</b>	<b>s krúpami - 9</b>
<b>STREDA</b>	<b>22.3.2017</b>	<b>Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj</b>
<b>Raňajky:</b>	<b>Makový koláč, mlieko - 1,7</b>	
<b>Desiata:</b>	<b>Šalát miešaný /rôzna strúhaná alebo krájaná zelenina alebo rôzne ovocie/</b>	
<b>Obed:</b>	<b>7.038 Horehronský rezeň, 16.034 Zemiaky varené, zeleninová obloha</b>	
<b>Olovrant:</b>	<b>23.005 Jogurt ovocný - 7</b>	<b>Polievka: Rascová v vajcom - 3</b>
<b>Večera:</b>	<b>19.000 Obložený chlieb so salámou (saláma Vysočina, maslo, syr eidam, čínska kapusta, paprika) -1</b>	
<b>ŠTVRTOK</b>	<b>23.3.2017</b>	<b>Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj</b>
<b>Raňajky:</b>	<b>19.027 Nátierka sled'ová, 3.008 Chlieb, zelenina - 1,3 /paprika, paradajka, pór, red'kovka/</b>	
<b>Desiata:</b>	<b>Šalát miešaný /rôzna strúhaná alebo krájaná zelenina alebo ovocie v náleve/</b>	
<b>Obed:</b>	<b>7.028 Bravčový guláš segedínsky, 16.005 Knedľa kysnutá - 1,12</b>	
<b>Olovrant:</b>	<b>23.006 Acidofilné mlieko /ochutené/ - 7</b>	<b>Polievka: 5.122 Zeleninová - 9</b>
<b>Večera:</b>	<b>9.010 Kurací rezeň prírodný, 16.011 Ryža dusená, zeleninová obloha</b>	
<b>PIATOK</b>	<b>24.3.2017</b>	<b>Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj</b>
<b>Raňajky:</b>	<b>19.011 Nátierka džemová, 3.008 Chlieb, kakao - 1,7</b>	
<b>Desiata:</b>	<b>Ovocie</b> /jablko, hruška, pomaranč, mandarínka, banán/	
<b>Obed:</b>	<b>14.037 Pirohy plnené tvarohovou náplňou - 1,7</b>	
<b>Olovrant:</b>	<b>23.005 Jogurt ovocný - 7</b>	<b>Polievka: 5.000 Frankfurtská</b>
<b>Večera:</b>	<b>s párkom - 9</b>	

Dňa: 8.3.2017

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

Schválila:

PhDr. Jana Tvarožková

Riaditeľka DSS

Hranai Lubomír

Kuchár

Mgr. Marcela Šimurdová

Zdravotník

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 (krúpy, ovsené vločky, pohánku)

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