

10. týždeň

Jedálny lístok

8.3.2021 -12.3.2021

PONDELOK	8.3.2021	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Desiata: Ovocie 200g		1,7
Obed: Bratislavské zeleninové cestovinové rizoto, 350g, miešaný zeleninový šalát 100g		
Olovrant: Domáca pečená lekvárová šatôčka 80g ,ovocný nápoj		Polievka : Fazul'ová kyslá
Večera: Kuracie mäso na ananáse 120g, zemiaky var s petr.vňat'. 250g,zel.obl.50g g		
UTOROK	9.3.2021	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Raňajky: Nátierka pečienková 40g, chlieb 150g, čaj s citrónom		
Desiata: Ovocie 200g		1,3,7
Obed: Bravčový segedínsky gul'áš 100g, knedl'a 160g		
Olovrant: Termix vanilkový 90g		Polievka: Z Rascová s vajcom a krupicou
Večera: Špagety s kečupom a syrom 350g		
STREDA	10.3.2021	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Raňajky: Chlieb s maslom, syrom, salámou nitran 180g, zeleninou 50g		
Desiata: Ovocie 200g		1,3,4,7
Obed: Hovädzie mäso poľovnícke 100g, ryža 190g, zeleninová obloha 50g		
Olovrant: Varený pudig s piškótami 210g a s ovocným sirupom		Polievka: l Rybia so zeleninou
Večera: Špenátový prívarok 200g , varené vajce , zemiaky varené 250g		
ŠTVRTOK	11.3.2021	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Raňajky: Viedenské párky 100g, horčica 30g ,chlieb 150g		
Desiata: Ovocie 200g		1,3,7,10
Obed: Vyprážené kuracie medailonky 100g, zemiakové pyrė 250g, mrkvový šalát 100g		
Olovrant: Jogurt 250g , ovocný nápoj		Polievka: l Cesnaková s haluškami
Večera: Pečená domáca krúpna baba 350g		
PIATOK	12.3.2021	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Raňajky: Nátierka tuniaková 40g, chlieb 150g, zelenina 50g		1,3,4,7
Desiata: Ovocie 200g		
Obed: Hliva na paprike 200g, domáce halušky s maslom 190g		
Olovrant: Keks kávenka 50g		Polievka: l Hrstková

Dňa: 05.03.2021

Schválila:

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

PhDr. Jana Tvarožková
riaditeľka DSS

Janka Ševčovičová
vedúca prev.kuchyne

Mgr. Mariana Ovsanik
vedúca ÚOaOS

ALERGÉNY: 1 OBILNINY, 2 KÓROVCE, 3 VAJCIA, 4 RYBY, 5 ARAŠIDY, 6. SÓJOVÉ ZRNÁ, 7 MLIJKO, 8 ORECHY, 9 ZELER, 10 HORČICA, 11 SEZAM, 12 KYSLÍČNIK SIRIČITÝ A SIRIČITANY

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.