

# Jedálny lístok

16. týždeň

19.4.2021 - 23.4.2021

<b>PONDELOK</b>	<b>19.4.2021</b>	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Desiata: Ovocie 200g		1,3,7
Obed: Granatiersky pochod 350g, šalát miešaný / paradajka, uhorka, pór / 100g		
Olovrant: Croissant 60g, ovocný nápoj		Polievka: Krúpková
Večera: Rizoto z kuracie so zeleninou a syrom 350g, šalát zeleninový 80g		
<b>UTOROK</b>	<b>20.4.2021</b>	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Raňajky: Párky spišské 100g, horčica 20g, rožok 100g / 2ks		
Desiata: Ovocie 200g		1,3,7,9,10
Obed: Vyprážený bravčový karbonátok 100g, fazuľový prívarok 180g, chlieb 150g		
Olovrant: Termix kakaový 190g		Polievka: Zeleninová s krupicou
Večera: Zemiaky varené 250g, s tvarohom 100g a opraženou slaninkou 30g		
<b>STREDA</b>	<b>21.4.2021</b>	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Raňajky: Nátierka paštéková 40g, chlieb 150g, zelenina 50g		
Desiata: Ovocie 200g		1,3,4,7
Obed: Hovädzie mäso na mexický spôsob 100g, ryža 190g / hrášok 20g, syr 30g / uhorkový šalát 100g		
Olovrant: Acidofilné mlieko ovocné 250ml		Polievka: Karfiolová s pohánkou
Večera: Palacinky s lekvárom 350g		
<b>ŠTVRTOK</b>	<b>22.4.2021</b>	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Raňajky: Nátierka avokádová 40g, chlieb 150g, zelenina 50g		
Desiata: Ovocie 200g		1,3,7
Obed: Kuracie prsia na bylinkách 100g, zemiakové pyrė 250g, cviklový šalát 100g		
Olovrant: Jogurt ovocný 145g		Polievka: Špenátová s vajcom
Večera: Zeleninové lečo s vajcom 280g, zemiaky varené 250g s petržl.vňat'kou		
<b>PIATOK</b>	<b>23.4.2021</b>	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
Raňajky: Nátierka tuniaková 40g, chlieb 150g, zelenina 50g		1,3,4,7
Desiata: Ovocie 200g		
Obed: Kysnuté langoše 200g, tatarská omáčka 1ks/ 30g HB, kečup 20g, syr 30g		
Olovrant: Horalka 50g, jablko		Polievka: Rosolník
Na jedálnom lístku uvedené hovädzie a bravčové mäso je slovenské a kuracie mäso je slovenské a české.		

Dňa: 16.04.2021

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 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 (krúpkový, 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.