

**3. týždeň****Jedálny lístok****16.01.2023 - 20.01.2023**

|                  |   |   |         |
|------------------|---|---|---------|
| <b>PONDELOK</b>  | <b>16.1.2023</b>  | Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj | 1,3,7,9 |
| <b>Desiata:</b>  | Ovocie 200g   |   |         |
| <b>Obed:</b>     | Polievka cicerová so zeleninou<br>Špenátové halušky so syrovou omáčkou 350g         |   |         |
| <b>Olovrant:</b> | Ovocná výživa 1ks   |   |         |
| <b>Večera:</b>   | Restovaná kuracia pečeň 150g/100g, ryža 190g, cvikla 100g                           |   |         |
| <b>UTOROK</b>    | <b>17.1.2023</b>  | Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj | 1,3,7,9 |
| <b>Raňajky:</b>  | Šunka 50g, maslo 50g, chlieb 150g, zelenina 50g                                     |   |         |
| <b>Desiata:</b>  | Ovocie 200g   |   |         |
| <b>Obed:</b>     | Polievka pórková<br>Kurací černo-horský rezeň 100g, ryža s mrkvou 190g, uhorka 150g |   |         |
| <b>Olovrant:</b> | Jogurt ovocný 1ks   |   |         |
| <b>Večera:</b>   | Bratislavské rizoto 250g, čalamáda 100g   |   |         |
| <b>STREDA</b>    | <b>18.1.2023</b>  | Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj | 1,3,7   |
| <b>Raňajky:</b>  | Bábovka 150g, mlieko 200ml  |   |         |
| <b>Desiata:</b>  | Ovocie 200g   |   |         |
| <b>Obed:</b>     | Polievka drožd'ová<br>Bravčové pliecko na smotane 100g/150g, cestovina 200g         |   |         |
| <b>Olovrant:</b> | Termix 1ks  |   |         |
| <b>Večera:</b>   | Slivkový osúch 250g   |   |         |
| <b>ŠTVRTOK</b>   | <b>19.1.2023</b>  | Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj | 1,3,7   |
| <b>Raňajky:</b>  | Chlieb vo vajíčku 150g, kečup 50g   |   |         |
| <b>Desiata:</b>  | Ovocie 200g   |   |         |
| <b>Obed:</b>     | Polievka mrkvová<br>Hovädzie na znojenský spôsob 100g/100g, bulgur 200g             |   |         |
| <b>Olovrant:</b> | Pudíng kakaový s piškótami 200g   |   |         |
| <b>Večera:</b>   | Zemiakový prívarok 200g, varené vajce 1ks, chlieb 150g                              |   |         |
| <b>PIATOK</b>    | <b>20.1.2023</b>  | Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj | 1,3,4,7 |
| <b>Raňajky:</b>  | Sardinková nátierka 50g, chlieb 150g, zelenina 50g                                  |   |         |
| <b>Desiata:</b>  | Ovocie 200g   |   |         |
| <b>Obed:</b>     | Polievka kelová s klobásou<br>Dukátové buchtičky s vanilkovým krémom 300g           |   |         |
| <b>Olovrant:</b> | Džús jablkový 1ks   |   |         |

Na jedálnom lístku uvedené hovädzie a bravčové mäso je slovenské a kuracie mäso je slovenské a české.

Dňa: 13.01.2023

Schválila:

**PhDr. Jana Tvarožková**

riaditeľka DSS

**Gabriela Vostálová**

vedúca prev.kuchyne

**Mgr. Marcela Šimurdová**

vedúca ÚOaOS

ALERGÉNY: 1 OBILNINY, 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 (krúpkky, 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.**