

**4. týždeň****Jedálny lístok****23.01.2023 - 27.01.2023**

<b>PONDELOK</b>	<b>23.1.2023</b>	Pitný režim dňa:	Ovocný čaj, ovocný nápoj
<b>Desiata:</b>	Ovocie 200g		1,3,7
<b>Obed:</b>	Polievka šošovicová kyslá Špagety na boloňský spôsob 350g		
<b>Olovrant:</b>	Ovsená kaša s kompótom 200g		
<b>Večera:</b>	Zapekané zemiaky 250g, čalamáda 100g		
<b>UTOROK</b>	<b>24.1.2023</b>	Pitný režim dňa:	Ovocný čaj, ovocný nápoj
<b>Raňajky:</b>	Chrenová nátierka 50g, chlieb 150g, zelenina 50g		1,3,7
<b>Desiata:</b>	Ovocie 200g		
<b>Obed:</b>	Polievka cesnaková Hovädzí debrecínsky guláš 100g/100g, halušky 200g		
<b>Olovrant:</b>	Makovka s maslom 1ks		
<b>Večera:</b>	Pšeno, cestoviny, slaninka 300g, uhorka 100g		
<b>STREDA</b>	<b>25.1.2023</b>	Pitný režim dňa:	Ovocný čaj, ovocný nápoj
<b>Raňajky:</b>	Pečivo 2ks, medová nátierka 50g		1,3,4,7,9
<b>Desiata:</b>	Ovocie 200g		
<b>Obed:</b>	Polievka kurací vývar s cestovinou Mletý maslový rezeň 100g, zemiaky 250g, šalát 150g		
<b>Olovrant:</b>	Termix 1ks		
<b>Večera:</b>	Rybie filé na srbský spôsob 150g/50g, zemiaky 200g		
<b>ŠTVRTOK</b>	<b>26.1.2023</b>	Pitný režim dňa:	Ovocný čaj, ovocný nápoj
<b>Raňajky:</b>	Cícerová nátierka 50g, chlieb 150g, zelenina 50g		1,3,7,9
<b>Desiata:</b>	Ovocie 200g		
<b>Obed:</b>	Polievka zelerová Bravčové karé na šampiňónoch 100g/50g, tarhoňa 200g, obloha		
<b>Olovrant:</b>	Jogurt ovocný 1ks		
<b>Večera:</b>	Kapustové fľačky na sladko 300g		
<b>PIATOK</b>	<b>27.1.2023</b>	Pitný režim dňa:	Ovocný čaj, ovocný nápoj
<b>Raňajky:</b>	Nátierka z treškej pečene 50g, chlieb 150g, zelenina 50g		1,3,4,7,9
<b>Desiata:</b>	Ovocie 200g		
<b>Obed:</b>	Polievka hrášková s mrveničkou Langoše s cesnakom a kečupom		
<b>Olovrant:</b>	Croissant 1ks		

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

Dňa: 20.01.2023

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 (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.**