

**12. týždeň****Jedálny lístok****17.03.2025 - 21.03.2025**

<b>PONDELOK</b>	<b>17.3.2025</b>	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
<b>Desiata:</b>	Krupicová kaša s posýpkou 200g	1,3,7,9
<b>Obed:</b>	Polievka šošovicová so zeleninou Granatiersky pochod 350g, cviklový šalát 150g, keks 1ks	
<b>Olovrant:</b>	Ovocie 200g	
<b>Večera:</b>	Bravčové kúsky dusené na zelenine 100g/100g, ryža 190g	
<b>UTOROK</b>	<b>18.3.2025</b>	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
<b>Raňajky:</b>	Syrová nátierka 50g, chlieb 150g, zelenina 50g	1,3,4,7
<b>Desiata:</b>	Ovocie 200g	
<b>Obed:</b>	Polievka hokaido Vyprážené rybie filé 150g, zemiaková kaša 250g, šalát 150g	
<b>Olovrant:</b>	Jogurt ovocný 1ks	
<b>Večera:</b>	Zapekaný karfiol 200g, zemiaky 200g, čalamáda 100g	
<b>STREDA</b>	<b>19.3.2025</b>	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
<b>Raňajky:</b>	Rohlíky 2ks, maslo 50g, šunka 50g, zelenina 50g	1,3,7,9
<b>Desiata:</b>	Ovocie 200g	
<b>Obed:</b>	Polievka rascová Hovädzie na spôsob sviečkovej 100g/150g, domáca knedľa 4ks	
<b>Olovrant:</b>	Termix kakaový 1ks, grahamové pečivo	
<b>Večera:</b>	Pšeno, cestovina, cibuľka, slanina 300g, uhorka 100g	
<b>ŠTVRTOK</b>	<b>20.3.2025</b>	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
<b>Raňajky:</b>	Vajíčková nátierka 50g, chlieb 150g, zelenina 50g	1,3,7
<b>Desiata:</b>	Ovocie 200g	
<b>Obed:</b>	Polievka kelová Kuracie prsia s ananásom a syrom 100g, ryža 190g, mrkvový šalát 150g	
<b>Olovrant:</b>	Puding 1ks	
<b>Večera:</b>	Ovocné guľky plnené lekvárom posypané strúhankou a cukrom, poliate maslom 350g	
<b>PIATOK</b>	<b>21.3.2025</b>	Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj
<b>Raňajky:</b>	Sardinková nátierka 50g, chlieb 150g, zelenina 50g	1,3,4,7
<b>Desiata:</b>	Ovocie 200g	
<b>Obed:</b>	Polievka gulášová Ryžový nákyp s jablkami 350g, džús 1ks	
<b>Olovrant:</b>	Ovocná výživa 1ks	

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

Dňa: 14.03.2025

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 MLIIEKO, 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. Pôvod mäsa - Slovensko**