

Názov : Školská jedáleň pri ZŠ Adresa : ZS s MS Nemecká	JEDÁLNY LÍSTOK od 03.10.2022 do 07.10.2022	Strana č.1
--	---	------------

Dátum	Desiata	HM	AL	Obed	HM	AL	Olovrant	HM	AL
Pondelok 03.10.2022 3625 / 5253 / 6044 (kJ)	Chlieb na desiatu celozrnný Nátierka droždová Zeleninová obloha - pór Detský čaj čierny bez kofeí.	55 20 8 150	3	Polievka cesnaková so zemiakmi Krutóny s medvedím cesnakom Kapustové fliačky so slaninou * Jablková šťava ŠO Čaj ovocný Jogurt biely MP	180/200/22. 12/15/15/20 0/240/270/3. 150/200/20. 250 100/100/10.		Chlieb na olovrant celozrnn. Nátierka džemová Mlieko kakaové plnotučné	55 20 150	
Utorok 04.10.2022 5686 / 7225 / 8510 (kJ)	Vianočka, sladké pečivo Nátierka medová Mlieko kakaové plnotučné	60 20 150		Polievka zelerová Jačmenné krúpy Pangasius na pekáči Zemiakové pyré Kompót miešaný s nálevom Prírodná ovocná šťava 100%	180/200/22. 15/18/21/24 75/90/105/1. 130/195/24. 120/140/14. 150/200/20.	9 4,7,3 7	Chlieb na olovrant celozrnn. Nátierka syrová pena Zeleninová obloha - uhorka. Detský čaj čierny bez kofeí.	55 20 13 150	7
Streda 05.10.2022 3984 / 5138 / 6136 (kJ)	Cereálne výrobky s mlieko.	160	7	Polievka sedliacka Prívarok tekvicový Bravčové stehno dusené na paprike (k . Chlieb k prívarku celozrnný Čaj ovocný Jogurtové mlieko MP	180/200/22. 130/160/19. 46/52/73/90 40/60/80/10. 150/200/20. 150	9,1 7	Chlieb na olovrant celozrnn. Nátierka šunková s tavený. Zeleninová obloha - mrkva Čaj ovocný	55 20 12 150	7
Štvrtok 06.10.2022 4481 / 5621 / 6335 (kJ)	Chlieb na desiatu celozrnný Nátierka syrová s cesnako. Zeleninová obloha - parada. Mlieko plnotučné MP	55 20 19 150	7	Polievka kelová Tatranská zmes Knedľa kysnutá Čajovníkový čaj bez kofeínu s citrónom	180/200/22. 86/127/143/. 80/90/120/1. 150/200/20.	7 3,7	Detská výživa Piškóty Jablková šťava ŠO	150 20 150	
Piatok 07.10.2022 6348 / 8222 / 9289 (kJ)	Chlieb na desiatu celozrnný Nátierka kuracia Zeleninová obloha - paprika Čaj ovocný s medom	55 20 15 150	10	Polievka fazuľová kyslá s mäsom a ze. Chlieb k polievke celozrnný Nákyp ryžový s kompótom Mlieko plnotučné MP Mlieko kakaové	180/200/22. 30/50/50/70 210/260/30. 150/200/20. 250	7 3,7	Croisant čokoládový Jogurtové mlieko MP	60 150	
MŠ / I.stupeň / II.stupeň	Vedúci : Janka Rapčanová			Hlavný kuchár : Viera Medved'ová					

ALERGÉNY: 1-Obilniny,2-Kôrovce,3-Vajcia,4-Ryby,5-Arašidy,6-Sója,7-Mlieko,8-Orechy,9-Zeľer,10-Horčica,11-Séžam,12-Siričitany,13-Vičí bôb,14-Mäkkýše
Zmena jedálneho lístka je vyhradená. Pri príprave jedál sa nepoužívajú geneticky modifikované potraviny.