

Jedálny lístok od 12.10.2020 – 16.10.2020
materskej školy: Damborského 3

<u>Pondelok 12. 10.2020</u>	Alergény
1. Desiata – Nátierka sardinková 20g, chlieb bevit 55g, čaj čierny s citrónom 1,5 dcl,	(3,2,6,1)
2. Obed – Polievka šošovicová s mäsom a zemiakmi 180g, žemľovka jemná 180 g, šk. mlieko 1,5 dcl	(1,1,2,4,2)
3. Olovrant – Maslo 15g, rožok vodový 50 g, paprika 15g, čaj ovocný 1,5 dcl, ovocie 100 g	(1,2,)

Utorok 13.10.2020

1. Desiata – Nátierka z ovsených vločiek s kápiou 20 g, chlieb konzumný 55 g, paradajka 19g, čaj ovocný nesladený 1,5 dcl,	(2,1)
2. Obed - Polievka sedliacka 180 g, bravčové stehno pečené 68 g, kapusta hl. dusená 110 g, knedľa kysnutá 80 g, citronáda 1,5 dcl, ovocie 100 g	(2,5,1,2,1) (1,1,4,2)
3. Olovrant – Obložený sendvič 100 g, školské mlieko 1,5 dcl	(2,4,7,1,2)

Streda 14.10.2020

1. Desiata - Nátierka zeleninová zimná 20g, kaizerka cereálna 50 g, čaj ovocný 1,5 dcl, uhorka šalátová 13 g, *šk. ovocie 100 g	(2,4,1)
2. Obed - Polievka mliečna s mrvenicou 180 g, štefánska sekaná pečienka 65 g, zemiaková kaša 130 g, mrkvový šalát 65 g, st. voda 2 dcl ,	(2,4,1,1,4,2) (2)
3. Olovrant – Makovka 60 g, školské mlieko kakaové 1,5 dcl	(1,2)

Štvrtok 15.10.2020

1. Desiata – Nátierka cicerová 20 g, pór 8 g, chlieb zemiakový 55 g, školské mlieko karamelové 1,5 dcl,	(2,2,1,2)
2. Obed - Polievka kapustnica s klobásou a hubami 180g, kuracie prsia na zelenine 116g, zemiaky varené s maslom 120 g, šalát srbský 60 g, pomarančový džús 1,5 dcl, cereálna tyčinka 100 g,	(1,2,4,2) (2)
3. Olovrant – Nátierka zelerová s jablkami 20 g, chlieb zemiakový 55 g, čaj ovocný 1,5 dcl	(2,7,6,1)

Piatok 16.10.2020

1. Desiata – Nátierka šunková s vajcom 20 g, chlieb klíčkový 55 g, kaleráb 12 g, 12 g, šk. mlieko 1,5 dcl	(2,4,1,2)
2. Obed – Polievka rybacia zimná 180 g, kuracia pečeň na cibuli 90 g, dusená ryža s hráškom 125 g, šalát zo ster. cvikly 50 g,* šk.jabl.k.šťava 1,5 dcl,	(3,5,1)
3. Olovrant - Termix vanilkový 100g, čaj zázvorový 1,5 dcl, ovocie 100 g	(2)

*Ovocie a zelenina „ Školského programu“ Európskej únie s finančnou pomocou EÚ

Zmena jedálneho lístku vyhradená! **Alergény:** 1* lepok (jačmeň, pšenica, raž)
2* mliečne výrobky (laktóza)
3* ryba, 4* vajcia, 5*zeler,
6* citrusy, 7*horčica, 8*sója

Vedúca ŠJ : Katarína Hodossyová
Hlavná kuchárka: Petra Hanušová