

Jedálny lístok od 30.11.2020 - 04.12.2020
materskej školy: Damborského 3

Pondelok 30.11.2020

Alergény

- 1. Desiata** - Nátierka z tuniaka so syrom 20 g, chlieb bevit 55g, kávia 10 g, čaj ovocný 1,5 dcl (3,2,6,1)
- 2. Obed** – Polievka kelová s párkom 180g, ryžový kopec s kompótom 235 g, šk. mlieko 1,5 dcl, (1,2,4,2)
- 3. Olovrant** – Maslo 15 g, rožok vodový 50 g, paradajka 19 g, čaj čierny s medom 1,5 dcl, (2,1)

Utorok 01.12.2020

- 1.Desiata** – Nátierka vajcová s oškvarkami 20 g, chlieb zemiakový 55 g, pór 8 g, čaj zelený 1,5 dcl , (2,7,4,1)
- 2. Obed** - Polievka zeleninová so závärkou 180 g, kotlíkový guláš 154, chlieb zemiakový 40 g, stolová voda 2 dcl (5,1,1)
- 3. Olovrant** – Nátierka avokádová 20 g, kaizerka cereálna 50 g, škol. mlieko 1,5 dcl,* šk. ovocie 100 g (2,1,2)

Streda 02.12.2020

- 1. Desiata** – Nátierka maslová so strúh. syrom 20 g, chlieb klíčkový 55 g, šk. mlieko 1,5 dcl (2,1,2)
- 2. Obed** - Polievka brokolicová 180g, rybie filé na vidiecky spôsob 82 g, varené zemiaky 120 g, šalát z čínskej kapusty 50 g,*šk. jablková šťava 1,5 dcl, ovocie 100g (1,2,3,2,1,2)
- 3. Olovrant** – Krém tvarohový s jogurtom a džemom 130 g, čaj ovocný neslad. 1,5 dcl (2,2)

Štvrtok 03.12.2020

- 1.Desiata** - Nátierka liptovská 20g, chlieb konzumný 55 g, paprika 15 g, škol. mlieko 1,5 dcl, (2,1,2)
- 2. Obed** - Polievka pórová s opek. chlebom 180 g, kuracie stehná na spôsob sviečkovej 131 g, knedľa kys. 80 g, voda s ovocným sirupom 1,5 dcl (1,2,5,1,2,7) (6)(1,4,2)
- 3.Olovrant** – Nátierka fazuľová s jogurtom 20 g, chlieb klíčkový 55 g, uhorka šal. 13 g, čaj ovocný 1,5 dcl, (2,1)

Piatok 04.12.2020

- 1. Desiata** – Nátierka z tofu syra so šunkou 20g, chlieb bevit. 55g, reďkovka 12 g, čaj ovocný 1,5 dcl (2,1)
- 2. Obed** – Polievka hovädzia s mäsom 180 g, prívarok šošovicový 160 g, var. zemiaky 120 g, ½ vajca, citronáda 1,5 dcl, mikulášske prekvapenie, (5,1,2,4,6)
- 3. Olovrant** - Maslo 15 g, chlieb bevit 55 g, kaleráb 12 g, šk mlieko 1,5 dcl (2,1,2)

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

Zmena jedálneho lístku vyhradená! Alergény: 1* lepok (jačmeň, pšenica, raž)

2* mliečne výrobky (laktóza)

Vedúca ŠJ : Katarína Hodossyová

3* ryba, 4* vajcia, 5*zeler,

Hlavná kuchárka: Petra Hanušová

6* citrusy, 7*horčica, 8*sója