

Jedálny lístok

NA OBDOBIE: 6.1. do 12.1. roku: 2025

Dátum	Deň	Raňajky	Alerg.	Desiata	Obed	Alerg.	Olovrant	Večera	Alerg.
6.1. 2025 sviatok	pondelok	Chlieb - 100g maslo-nátierk. 30g čaj - 250ml	1 7	ovocie	Pol. Spenátová a opekaný, chlieb - 250/12g Francúzske zemiaky - 350g čalamáda - 150g čaj - 250ml	1,3,7 1,3,7 12	ovocie	Bravčové stehno po juhoslavansky - 174g slovenská ryža - 200g čaj - 250 ml	1 1
7.1. 2025	utorok	Rožok - 100g maslo rastlinné - 30g uhorka 20g čaj - 250ml	1	ovocie	Pol. Rascová s lievankou 300g Losos s bylinkami - 78g omáčka syrová - 90g opekané zemiaky - 250g malinovka/citronáda - 250 ml	1,3 1,4 7	ovocie	Osie hniezda škoricové - 270g vanilkové mlieko 250 ml	1,3,7 7
8.1. 2025	streda	Chlieb - 100g nátierka džemová 40g čaj - 250ml	1	ovocie	Pol. Hrachová so zeleninou - 250g Ázijská panvica - 114g dusená ryža - 190g šalát miešaný - 140g malinovka - 250 ml	1,9 1,9	ovocie	Prívarok kelový - 240g hovädzie dusené - 120g chlieb zemiakový - 100g čaj - 250 ml	1 1 1
9.1. 2025	štvrtok	Rožok - 100g nátierka cesnaková s tofu - 40g čaj - 250ml	1 1,6	ovocie	Pol. Hovädzia s mäsom, hráškom a ryžou- 265g Morčacie prsia poľovnícke - 184g zemiaky varené s pažitkou - 250g malinovka/citronáda - 250 ml	1,9 1,7	ovocie	Bravčové stehno na karfirole 7014 164g dusená ryža - 190g čaj - 250 ml	1
10.1. 2025	piatok	Chlieb - 100g maslo rastlinné - 30g jemná saláma - 30g čaj - 250ml	1	ovocie	Pol. Fazuľová s rezancami - 250g Žemlovka s ovocným kompótom - 360g malinovka - 250 ml	1,9 1,3,7	ovocie	Štefánska sekaná pečienka - 125g šalát zemiakový so zeleninou -280g čaj - 250 ml	1,3
11.1. 2025	sobota	Rožok - 100g pašteta 30g čaj - 250ml	1	ovocie	Pol. Brokolicová - 250g Špagety s hovädzím mäsom, syrom a tomatom prontom - 335g malinovka - 250 ml	1 1,7	ovocie	Chlieb 150g Cottage cheese 180g čaj- 250 ml	1 7
12.1. 2025	nedeľa	Chlieb - 100g maslo rastlinné - 30g med 20g čaj - 250ml	1	ovocie	Pol. Gazdovská 250g Hydinová roláda - 105g zemiaková kaša 320g kompót - 150g malinovka - 250 ml	1,9 7,9 7	ovocie	Párky varené - 3ks chlieb - 150g horčica - 50g čaj - 250 ml	1 10

Zoznam alergénov:

1. Obilniny, 2. Kôrovce, 3. Vajcia, 4. Ryby, 5. Arašidy, 6. Sójové zrno, 7. Mlieko, 8. Orechy, 9. Zeler, 10. Horčica,
11. Sezam, 12. Oxid siričitý - siričitany, 13. Vlčí bôb, 14. Mäkkýše