

**Jedálny lístok č.: JL909030****16. 9. 2019 - 20. 9. 2019**

Materská škola Mierová 315/10, Považská Bystrica, Svetlana Hrnková, Mierová 315/10, Považská Bystrica 017 01

Dátum vystavenia: 16. 9. 2019

**ŠJ Milochov , Mierová Vedúci/a: Hrnková Hlavný kuchár: Paganíková, Muráňová**

Deň	Desiata	Obed	Olovrant
<b>Pondelok 16. Septembe r</b>	Nátierka talianska (mlieko) 2.049 20g Chlieb na desiatu (obilniny) 3.007 55g Mlieko ochutené (rôzne príchute) (mlieko) 1.021 150g 1 175,0 kj	Polievka zeleninová 5.122 180g / 250g Ryža 4.005 8g / 12g Prívarok šošovicový so zemiakmi (obilniny, mlieko) 18.009 140g / 280g 25g / 100g Varené vajcia (vajcia) 14.050 40g / 100g 100g / 100g Chlieb k prívarku (obilniny) 3.003 2 191,0 / 4 321,0 kj Stolová voda 1.024 Dezert kakaový, vanilkový 23.011	Nátierka z tuniaka s mrkvou 20g (ryby, mlieko) 2.072 55g Chlieb na olovrant (obilniny) 150g 3.009 1 142,0 kj Čaj čierny s citrónom 1.010
<b>Utorok 17. Septembe r</b>	Nátierka maslová so strúhaným syrom (mlieko) 2.030 20g 55g Chlieb na desiatu (obilniny) 3.007 150g Mlieko polotučné (mlieko) 1.013 1 398,0 kj	Polievka cibuľová so syrom a chlebom (obilniny, mlieko) 5.010 180g / 250g 135g, 50g / 205g, 75g Kuracie stehná pečené - kalibrované (mlieko) 9.046 110g / 190g Ryža dusená 17.011 100g / 200g Kompót hruškový 20.005 2 633,0 / 4 571,0 kj Jablká 22.011	Nátierka šunková so zelerom 20g (mlieko) 2.048 55g Chlieb na olovrant (obilniny) 150g 3.009 896,0 kj Čaj čierny s citrónom 1.010
<b>Streda 18. Septembe r</b>	Pečivo celozrnné (obilniny, sezamové semená) 3.013 50g 15g Maslo (mlieko) 2.006 13g 150g Zeleninová obloha - uhorka šalátová 2.092 1 340,0 kj Čaj čierny s citrónom 1.010	Cestovina (obilniny, vajcia) 4.003 13g / 20g Hovädzie mäso varené 6.053 34g / 52g Omáčka kôprová (obilniny, mlieko) 19.004 110g / 150g 80g / 150g Knedľa kysnutá (obilniny, vajcia, mlieko) 17.005 90g / 250g Stolová voda 1.024 2 311,0 / 4 115,0 kj Banány 22.001	Nátierka tvarohová s cesnakom 20g (mlieko) 2.050 55g Chlieb na olovrant (obilniny) 150g 3.009 1 025,0 kj Čaj čierny s citrónom 1.010
<b>Štvrtok 19. Septembe r</b>	Vianočka, sladké pečivo (obilniny, vajcia, mlieko) 3.015 60g 150g Biela káva (mlieko) 1.001 1 516,0 kj	Polievka krupicová s vajcom (obilniny, vajcia, mlieko) 5.053 180g / 250g 48g / 73g 150g Losos s bylinkami (ryby, mlieko) 10.025 130g / 295g 100g / 200g Omáčka syrová 19.011 1 622,0 / 3 814,0 kj Zemiaková kaša (mlieko) 17.018 Stolová voda 1.024 Jablká 22.011	Nátierka zeleninová zimná 20g (vajcia, mlieko) 2.076 55g Chlieb na olovrant (obilniny) 150g 3.009 1 021,0 kj Čaj ovocný 1.005
<b>Piatok 20. Septembe r</b>	Nátierka vajíčková s pretlakom (vajcia, mlieko) 2.062 20g 55g Chlieb na desiatu (obilniny) 3.007 150g Mlieko ochutené (rôzne príchute) (mlieko) 1.021 1 326,0 kj	Polievka gazdovská kuracia (mlieko) 5.023 180g / 250g Kysnutý koláč s ovocím (obilniny, vajcia, mlieko) 15.018 160g / 350g 150g / 250g Čaj čierny s citrónom 1.010 2 278,0 / 4 926,0 kj	Dezert kakaový, vanilkový 100g 23.011 578,0 kj Stolová voda 1.024

1-Obilniny, 2-Kôrovce, 3-Vajcia, 4-Ryby, 5-Arašidy, 6-Sója, 7-Mlieko, 8-Orechy, 9-Zelér, 10-Horčica, 11-Sezám, 12-Siričityny, 13-Vičí bôb, 14-Mäkkýše

Zmena jedálneho lístka je vyhradená. Pri príprave jedál sa nepoužívajú geneticky modifikované potraviny.