

Jedálny lístok č.: JL112044

17. 1. 2022 - 21. 1. 2022

ŠJ pri MŠ, Mgr. Lucia Machová, Milana Marečka 20, Bratislava 841 08

Dátum vystavenia: 8. 12. 2021

I.stupeň / II. stupeň

Vedúci/a:

Hlavný kuchár/ka:

Deň	Desiata	Obed	Olovrant
Pondelok 17. Január	Chlieb na desiatu (obilniny) 3.007 55g Nátierka maslová so strúhaným 20g syrom (mlieko) 2.030 15g Zeleninová obloha - paprika 2.086 150g Čaj ovocný 1.005 1 192,7 kj	Polievka zeleninová (zeler) 5.122 180 / 250g 8 / 14g Ovsené vločky 4.001 95 / 240g Zapekaná brokolica so syrom (vajcia, mlieko) 130 / 295g 14.044 50 / 120g Zemiakové pyrė (mlieko) 17.018 1 503,0 / 3 424,0 kj Šalát cviklový s jablkami 24.040 Stolová voda 1.023	Chlieb na olovrant (obilniny) 55g 3.009 20g Nátierka džemová (mlieko) 2.014 150g 1 489,7 kj Mlieko pľnotučné školské - dotované EU
Utorok 18. Január	Žemľa 3.014 50g Maslo (mlieko) 2.006 15g Šunka dusená 2.095 10g Zeleninová obloha - uhorka 13g šalátová 2.090 150g Čaj ovocný s medom a citrónom 1.013 1 329,1 kj	Polievka zemiaková s medvedím cesnakom (mlieko) 5.167 180 / 250g 220 / 310g 50 / 100g Bratislavské rizoto 7.001 150 / 250g Kyslá uhorka 24.001 2 322,4 / 3 733,6 kj Ovocný nápoj 1.024	Chlieb na olovrant (obilniny) 55g 3.009 20g Nátierka z rybieho filé (ryby, mlieko) 2.069 12g 150g 999,7 kj Zeleninová obloha - mrkva 2.085 Čaj ovocný, nesladený 1.011
Streda 19. Január	Pečivo tukové 3.011 50g Nátierka tvarohová so zeleninou (vajcia, mlieko) 2.005 30g 150g Detský čaj čierny bez kofeínu s medom a citrónom 1.007 1 051,1 kj	Polievka hydínové ragú (obilniny, mlieko, zeler) 5.039 165 / 227g 160 / 300g 150 / 250g Závin kysnutý s kakaom a kakaovým pudíngom (vajcia, mlieko) 15.054 100 / 200g 3 243,7 / 5 707,2 kj Mlieko školské dotované EU Ovocie školské dotované EU	Chlieb na olovrant (obilniny) 55g 3.009 15g Maslo (mlieko) 2.006 12g 150g Zeleninová obloha - reďkovka 2.089 1 082,7 kj Čaj ovocný, nesladený 1.011
Štvrtok 20. Január	Chlieb na desiatu (obilniny) 3.007 55g Nátierka liptovská (mlieko) 2.028 20g Zeleninová obloha - cibuľa jamá 2.081 10g 150g Čaj ovocný s medom 1.008 1 131,3 kj	Polievka kapustová s paradajkovým pretlakom (obilniny, mlieko) 5.044 180 / 250g 65 / 139g 120 / 250g Losos so šampiňónmi a syrom 10.037 150 / 250g 1 692,9 / 3 238,5 kj Zemiaky varené 17.033 Prírodná ovocná šťava 100% - školské ovocie dotované EU	Ryžovo-pšénová kaša 21.051 220g Banány (ovocná obloha) 23.010 20g 150g Čaj ovocný, nesladený 1.011 1 004,1 kj
Piatok 21. Január	Chlieb na desiatu (obilniny) 3.007 55g Nátierka cícerová (mlieko) 2.009 20g Zeleninová obloha - paradajky 2.087 19g 150g Čaj ovocný 1.005 1 116,7 kj	Polievka rascová s vajcom (obilniny, vajcia, mlieko, zeler) 5.075 180 / 250g 36 / 54g 120 / 185g Kurací paprikáš (obilniny) 9.004 150 / 250g 1 420,3 / 2 526,0 kj Cestoviny (obilniny) 17.001 Voda s citrónovou šťavou 1.030	Detská výživa 23.002 150g Piškóty 23.007 20g 150g Čaj ovocný, nesladený 1.011 863,7 kj

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