

Dátum	Desiata	HM	AL	Obed	HM	AL	Olovrant	HM	AL
Pondelok 12.01.2026 5816 / 7349 / 8407 / 10349 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka liptovská Mlieko vanilkové plnotučné	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7 7	Polievka slovenská šajtlava * Hovädzia pečenka na hubách Ryža dusená Kyslá uhorka Čaj ovocný	180/200/22. 82/113/144/. 110/150/17. 50/70/70/10. 150/200/20.	1,9 1,7	Chlieb na olovrant Nátierka maslová s čokolád. Detský čaj čierny bez kofeí.	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7
Utorok 13.01.2026 6348 / 10361 / 12003 / 14810 (kJ)	Vianočka, sladké pečivo Maslo Biela káva	60/100/12. 20/25/30/3. 150/200/2.	1,3,7 7 7	Polievka zeleninová s droždovými halu. Kuracie prsia vyprážané * Zemiakové pyré I. Šalát mrkvový s ananásom Ovocný nápoj z prírodného 100% konc.	180/200/22. 0/85/100/14. 130/195/24. 60/90/90/11. 150/200/20.	1,3,7,9 1,3,7 7	Chlieb na olovrant Nátierka syrová pena Detský čaj čierny bez kofeí.	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7
Streda 14.01.2026 6137 / 7613 / 8846 / 10664 (kJ)	Cereálne výrobky s mlieko.	160/210/2.	1,5,7,8	Polievka cesnaková so zemiakmi Bravčový guláš segedínsky Knedľa kysnutá Voda s ovocnou šťavou	180/200/22. 136/172/18. 80/90/120/1. 150/200/20.	1,7 1,7 1,3,7	Chlieb na olovrant Maslo Zeleninová obloha – parad. Čaj ovocný	55/65/75/9. 20/25/30/3. 45/60/60/8. 150/200/2.	1 7
Štvrtok 15.01.2026 5958 / 7819 / 8920 / 10996 (kJ)	Pečivo tukové Nátierka zo syra tofu s vajc. Mlieko s medom plnotučné	50/70/80/1. 20/25/30/3. 150/200/2.	1 6,7 7	Polievka špenátová s vajcom Plnená paprika s paradajkovou omáčk. Zemiaky varené s maslom I. Detský čaj čierny bez kofeínu s medom. Ovocie	180/200/22. 150/210/24. 120/150/20. 150/200/20. 75/150/150/.	1,3,7 1,3 7	Jablkové pyré Piškóty	100/100/1. 20/25/25/3.	1,3,8 1,3
Piatok 16.01.2026 6376 / 7745 / 8811 / 10304 (kJ)	Obložený sendvič	100/130/1.	1,3,7,10	Polievka šošovicová s mäsom a zemia. Strapačky so syrokrémom * Mlieko polotučné Termizovaný tvarohový dezert (rôzne p.	191/212/23. 180/240/29. 150/200/20. 100/100/10.	1 1,3,7 7 7	Ovocie	75/150/15.	
MŠ / I.stupeň / II.stupeň / Dospelí	Vedúci : Mgr.Pavlína Jakubcová				Hlavný kuchár : Anna Drevková				

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

Dátum	Obed	Hmotnosť	AL	Suchý balíček	Hmotnosť	AL
Pondelok 12.01.2026 5816 / 7349 / 8407 / 10349 (kJ)				Anglický rožok Cereálna tyčinka 25g Ovocný nápoj	70/90/110/140 25/25/25/25 200/200/200/2.	1,3,7 1,5,6,8
Utorok 13.01.2026 6348 / 10361 / 12003 / 14810 (kJ)				Vianočka, sladké pečivo Maslo Biela káva	60/100/120/15. 20/25/30/35 150/200/200/2.	1,3,7 7 7
Streda 14.01.2026 6137 / 7613 / 8846 / 10664 (kJ)				Obložený rožok Jablkové pyré	100/130/150/1. 100/100/100/1.	1,3,7,10 1,3,8
Štvrtok 15.01.2026 5958 / 7819 / 8920 / 10996 (kJ)				Chlieb na desiatu celozrnný Nátierka šunková s tvrdým syrom Ovocie Ovocný nápoj	55/65/75/90 20/26/32/40 75/150/150/20. 200/200/200/2.	1 7
Piatok 16.01.2026 6376 / 7745 / 8811 / 10304 (kJ)				Termizovaný tvarohový dezert (rôzne príchute) Cereálne výrobky	100/100/100/1. 25/33/40/50	7 1,5,8

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