Názov : **ZŠ s MŠ Vikartovce, Školská jedáleň** Adresa : **059 19 Vikartovce 138/6**	**JEDÁLNY LÍSTOK od 30.11.2020 do 04.12.2020**	**Strana č.1**

Dátum	Desiata	HM	AL	Večera	HM	AL	Olovrant	HM	AL
Pondelok **30.11.2020** **6270 / 7444 / 8403 / 9939 (kJ)**	Chlieb na desiatu Nátierka sardinková Mlieko ochutené plnotučné .	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 4,7 7				Chlieb na olovrant Nátierka džemová Čaj ovocný	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7
Utorok **01.12.2020** **7013 / 9233 / 10743 / 13349 (kJ)**	Vianočka, sladké pečivo Maslo Mlieko s kávovinovou zmes.	60/100/12. 15/20/25/3. 150/200/2.	1,3,7 7 7				Chlieb na olovrant Nátierka zeleninová zimná Čaj čierny	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 3,7
Streda **02.12.2020** **6549 / 8005 / 9262 / 11158 (kJ)**	Pečivo tukové Nátierka avokádová Mlieko s medom plnotučné	50/70/80/1. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7 7				Termizovaný tvarohový dez.	100/100/1.	7
Štvrtok **03.12.2020** **5030 / 7482 / 8522 / 10245 (kJ)**	Krupicová kaša	200/200/2.	1,7				Chlieb na olovrant Maslo nátierkové Čaj ovocný	55/65/75/9. 15/20/25/3. 150/200/2.	1 7
Piatok **04.12.2020** **3004 / 6102 / 7832 / 9234 (kJ)**	Nátierka vlašská Chlieb na desiatu Čaj ovocný	20/26/32/4. 55/65/75/9. 150/200/2.	3,7,10 1				Jablká	100/150/1.	
MŠ / I.stupeň / II.stupeň / 15-18	Vedúci : **Mgr.Pavlina Jakubcová**				Hlavný kuchár : **Anna Drevková**				

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

Názov : **ZŠ s MŠ Vikartovce, Školská jedáleň** Adresa : **059 19 Vikartovce 138/6**	**JEDÁLNY LÍSTOK od 30.11.2020 do 04.12.2020**	**Strana č.1**

Dátum	Obed	Hmotnosť	AL	Suchý balíček	Hmotnosť	AL
Pondelok **30.11.2020** **6270 / 7444 / 8403 / 9939 (kJ)**	Juhočeská kulajda (česká kuchyňa) Hovädzí plátok na slanine a horčici Tarhoňa dusená Cereálna tyčinka Čaj ovocný	180/200/220/2. 94/110/136/15. 110/140/170/2. 35/35/35/35 150/200/200/2.	3,7 1,10 1	Osie hniezdo Mlieko plnotučné	55/55/55/55 150/200/200/2.	1,3,7 7
Utorok **01.12.2020** **7013 / 9233 / 10743 / 13349 (kJ)**	Polievka krupicová s vajcom Mäsové guľky v paradajkovej omáčke Zemiaková kaša Čaj čierny Ovocie	180/200/220/2. 170/205/245/2. 130/195/240/2. 150/200/200/2. 100/150/150/2.	1,3,7,9 1,3 7	Obložený sendvič Ovocie Ovocný nápoj multivitamín	100/130/150/1. 100/150/150/2. 150/200/200/2.	1,3,7,10
Streda **02.12.2020** **6549 / 8005 / 9262 / 11158 (kJ)**	Polievka mrkvová so zemiakmi Kuracie stehná pečené - kalibrované Ryža dusená Kompót miešaný Voda s ovocným sirupom s najmenej 50% ovocnej .	180/200/220/2. 135/160/180/2. 110/150/170/1. 170/220/220/2. 150/200/200/2.	1,9 1,7	Pečivo tukové Nátierka vajíčková Maslo Ovocný nápoj multivitamín	50/70/80/100 20/26/32/40 15/20/25/30 150/200/200/2.	1 3,7,10 7
Štvrtok **03.12.2020** **5030 / 7482 / 8522 / 10245 (kJ)**	Polievka hŕstková s jemným bulgurom a červenou š. Horehronský rezeň Zemiaky varené s maslom Šalát mix Čaj ovocný	180/200/220/2. 0/105/120/135 120/150/200/2. 50/80/80/110 150/200/200/2.	1 1,3,7 7 12	Chlieb na desiatu Nátierka vlašská Jablkové pyré	55/65/75/90 20/26/32/40 100/100/100/1.	1 3,7,10 1,8
Piatok **04.12.2020** **3004 / 6102 / 7832 / 9234 (kJ)**	Polievka hydinové ragú Osúch slaný (langoš) so syrom a kečupom Tatárska omáčka z jogurtu Jogurt ovocný	180/200/220/2. 0/180/250/340 45/55/65/80 100/100/100/1.	1,7,9 1,3,7 7,10 7	Cereálne výrobky Jogurt ovocný	25/33/40/50 100/100/100/1.	 7
MŠ / I.stupeň / II.stupeň / 15-18	Vedúci : **Mgr.Pavlina Jakubcová**			Hlavný kuchár : **Anna Drevková**		

ALERGÉNY: 1-Obilniny,2-Kôrovce,3-Vajcia,4-Ryby,5-Arašidy,6-Sója,7-Mlieko,8-Orechy,9-Zelér,10-Horčica,11-Sézam,12-Siričitany,13-Vlčí bôb,14-Mäkkýše

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

Názov : **ZŠ s MŠ Vikartovce, Školská jedáleň** Adresa : **059 19 Vikartovce 138/6**	**JEDÁLNY LÍSTOK od 30.11.2020 do 04.12.2020**	**Strana č.1**

Dátum	Desiata	HM	AL	Večera	HM	AL	Olovrant	HM	AL
Pondelok **30.11.2020** **6270 / 7444 / 8403 / 9939 (kJ)**	Chlieb na desiatu Nátierka sardinková Mlieko ochutené plnotučné .	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 4,7 7				Chlieb na olovrant Nátierka džemová Čaj ovocný	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7
Utorok **01.12.2020** **7013 / 9233 / 10743 / 13349 (kJ)**	Vianočka, sladké pečivo Maslo Mlieko s kávovinovou zmes.	60/100/12. 15/20/25/3. 150/200/2.	1,3,7 7 7				Chlieb na olovrant Nátierka zeleninová zimná Čaj čierny	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 3,7
Streda **02.12.2020** **6549 / 8005 / 9262 / 11158 (kJ)**	Pečivo tukové Nátierka avokádová Mlieko s medom plnotučné	50/70/80/1. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7 7				Termizovaný tvarohový dez.	100/100/1.	7
Štvrtok **03.12.2020** **5030 / 7482 / 8522 / 10245 (kJ)**	Krupicová kaša	200/200/2.	1,7				Chlieb na olovrant Maslo nátierkové Čaj ovocný	55/65/75/9. 15/20/25/3. 150/200/2.	1 7
Piatok **04.12.2020** **3004 / 6102 / 7832 / 9234 (kJ)**	Nátierka vlašská Chlieb na desiatu Čaj ovocný	20/26/32/4. 55/65/75/9. 150/200/2.	3,7,10 1				Jablká	100/150/1.	
MŠ / I.stupeň / II.stupeň / 15-18	Vedúci : **Mgr.Pavlina Jakubcová**				Hlavný kuchár : **Anna Drevková**				

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

Názov : **ZŠ s MŠ Vikartovce, Školská jedáleň** Adresa : **059 19 Vikartovce 138/6**	**JEDÁLNY LÍSTOK od 30.11.2020 do 04.12.2020**	**Strana č.1**

Dátum	Obed	Hmotnosť	AL	Suchý balíček	Hmotnosť	AL
Pondelok **30.11.2020** **6270 / 7444 / 8403 / 9939 (kJ)**	Juhočeská kulajda (česká kuchyňa) Hovädzí plátok na slanine a horčici Tarhoňa dusená Cereálna tyčinka Čaj ovocný	180/200/220/2. 94/110/136/15. 110/140/170/2. 35/35/35/35 150/200/200/2.	3,7 1,10 1	Osie hniezdo Mlieko plnotučné	55/55/55/55 150/200/200/2.	1,3,7 7
Utorok **01.12.2020** **7013 / 9233 / 10743 / 13349 (kJ)**	Polievka krupicová s vajcom Mäsové guľky v paradajkovej omáčke Zemiaková kaša Čaj čierny Ovocie	180/200/220/2. 170/205/245/2. 130/195/240/2. 150/200/200/2. 100/150/150/2.	1,3,7,9 1,3 7	Obložený sendvič Ovocie Ovocný nápoj multivitamín	100/130/150/1. 100/150/150/2. 150/200/200/2.	1,3,7,10
Streda **02.12.2020** **6549 / 8005 / 9262 / 11158 (kJ)**	Polievka mrkvová so zemiakmi Kuracie stehná pečené - kalibrované Ryža dusená Kompót miešaný Voda s ovocným sirupom s najmenej 50% ovocnej .	180/200/220/2. 135/160/180/2. 110/150/170/1. 170/220/220/2. 150/200/200/2.	1,9 1,7	Pečivo tukové Nátierka vajíčková Maslo Ovocný nápoj multivitamín	50/70/80/100 20/26/32/40 15/20/25/30 150/200/200/2.	1 3,7,10 7
Štvrtok **03.12.2020** **5030 / 7482 / 8522 / 10245 (kJ)**	Polievka hŕstková s jemným bulgurom a červenou š. Horehronský rezeň Zemiaky varené s maslom Šalát mix Čaj ovocný	180/200/220/2. 0/105/120/135 120/150/200/2. 50/80/80/110 150/200/200/2.	1 1,3,7 7 12	Chlieb na desiatu Nátierka vlašská Jablkové pyré	55/65/75/90 20/26/32/40 100/100/100/1.	1 3,7,10 1,8
Piatok **04.12.2020** **3004 / 6102 / 7832 / 9234 (kJ)**	Polievka hydinové ragú Osúch slaný (langoš) so syrom a kečupom Tatárska omáčka z jogurtu Jogurt ovocný	180/200/220/2. 0/180/250/340 45/55/65/80 100/100/100/1.	1,7,9 1,3,7 7,10 7	Cereálne výrobky Jogurt ovocný	25/33/40/50 100/100/100/1.	 7
MŠ / I.stupeň / II.stupeň / 15-18	Vedúci : **Mgr.Pavlina Jakubcová**			Hlavný kuchár : **Anna Drevková**		

ALERGÉNY: 1-Obilniny,2-Kôrovce,3-Vajcia,4-Ryby,5-Arašidy,6-Sója,7-Mlieko,8-Orechy,9-Zelér,10-Horčica,11-Sézam,12-Siričitany,13-Vlčí bôb,14-Mäkkýše

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

Názov : **ZŠ s MŠ Vikartovce, Školská jedáleň** Adresa : **059 19 Vikartovce 138/6**	**JEDÁLNY LÍSTOK od 30.11.2020 do 04.12.2020**	**Strana č.1**

Dátum	Desiata	HM	AL	Večera	HM	AL	Olovrant	HM	AL
Pondelok **30.11.2020** **6270 / 7444 / 8403 / 9939 (kJ)**	Chlieb na desiatu Nátierka sardinková Mlieko ochutené plnotučné .	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 4,7 7				Chlieb na olovrant Nátierka džemová Čaj ovocný	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7
Utorok **01.12.2020** **7013 / 9233 / 10743 / 13349 (kJ)**	Vianočka, sladké pečivo Maslo Mlieko s kávovinovou zmes.	60/100/12. 15/20/25/3. 150/200/2.	1,3,7 7 7				Chlieb na olovrant Nátierka zeleninová zimná Čaj čierny	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 3,7
Streda **02.12.2020** **6549 / 8005 / 9262 / 11158 (kJ)**	Pečivo tukové Nátierka avokádová Mlieko s medom plnotučné	50/70/80/1. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7 7				Termizovaný tvarohový dez.	100/100/1.	7
Štvrtok **03.12.2020** **5030 / 7482 / 8522 / 10245 (kJ)**	Krupicová kaša	200/200/2.	1,7				Chlieb na olovrant Maslo nátierkové Čaj ovocný	55/65/75/9. 15/20/25/3. 150/200/2.	1 7
Piatok **04.12.2020** **3004 / 6102 / 7832 / 9234 (kJ)**	Nátierka vlašská Chlieb na desiatu Čaj ovocný	20/26/32/4. 55/65/75/9. 150/200/2.	3,7,10 1				Jablká	100/150/1.	
MŠ / I.stupeň / II.stupeň / 15-18	Vedúci : **Mgr.Pavlina Jakubcová**				Hlavný kuchár : **Anna Drevková**				

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

Názov : **ZŠ s MŠ Vikartovce, Školská jedáleň** Adresa : **059 19 Vikartovce 138/6**	**JEDÁLNY LÍSTOK od 30.11.2020 do 04.12.2020**	**Strana č.1**

Dátum	Obed	Hmotnosť	AL	Suchý balíček	Hmotnosť	AL
Pondelok **30.11.2020** **6270 / 7444 / 8403 / 9939 (kJ)**	Juhočeská kulajda (česká kuchyňa) Hovädzí plátok na slanine a horčici Tarhoňa dusená Cereálna tyčinka Čaj ovocný	180/200/220/2. 94/110/136/15. 110/140/170/2. 35/35/35/35 150/200/200/2.	3,7 1,10 1	Osie hniezdo Mlieko plnotučné	55/55/55/55 150/200/200/2.	1,3,7 7
Utorok **01.12.2020** **7013 / 9233 / 10743 / 13349 (kJ)**	Polievka krupicová s vajcom Mäsové guľky v paradajkovej omáčke Zemiaková kaša Čaj čierny Ovocie	180/200/220/2. 170/205/245/2. 130/195/240/2. 150/200/200/2. 100/150/150/2.	1,3,7,9 1,3 7	Obložený sendvič Ovocie Ovocný nápoj multivitamín	100/130/150/1. 100/150/150/2. 150/200/200/2.	1,3,7,10
Streda **02.12.2020** **6549 / 8005 / 9262 / 11158 (kJ)**	Polievka mrkvová so zemiakmi Kuracie stehná pečené - kalibrované Ryža dusená Kompót miešaný Voda s ovocným sirupom s najmenej 50% ovocnej .	180/200/220/2. 135/160/180/2. 110/150/170/1. 170/220/220/2. 150/200/200/2.	1,9 1,7	Pečivo tukové Nátierka vajíčková Maslo Ovocný nápoj multivitamín	50/70/80/100 20/26/32/40 15/20/25/30 150/200/200/2.	1 3,7,10 7
Štvrtok **03.12.2020** **5030 / 7482 / 8522 / 10245 (kJ)**	Polievka hŕstková s jemným bulgurom a červenou š. Horehronský rezeň Zemiaky varené s maslom Šalát mix Čaj ovocný	180/200/220/2. 0/105/120/135 120/150/200/2. 50/80/80/110 150/200/200/2.	1 1,3,7 7 12	Chlieb na desiatu Nátierka vlašská Jablkové pyré	55/65/75/90 20/26/32/40 100/100/100/1.	1 3,7,10 1,8
Piatok **04.12.2020** **3004 / 6102 / 7832 / 9234 (kJ)**	Polievka hydinové ragú Osúch slaný (langoš) so syrom a kečupom Tatárska omáčka z jogurtu Jogurt ovocný	180/200/220/2. 0/180/250/340 45/55/65/80 100/100/100/1.	1,7,9 1,3,7 7,10 7	Cereálne výrobky Jogurt ovocný	25/33/40/50 100/100/100/1.	 7
MŠ / I.stupeň / II.stupeň / 15-18	Vedúci : **Mgr.Pavlina Jakubcová**			Hlavný kuchár : **Anna Drevková**		

ALERGÉNY: 1-Obilniny,2-Kôrovce,3-Vajcia,4-Ryby,5-Arašidy,6-Sója,7-Mlieko,8-Orechy,9-Zelér,10-Horčica,11-Sézam,12-Siričitany,13-Vlčí bôb,14-Mäkkýše

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