

Dátum	Desiata	HM	AL	Obed	HM	AL	Olovrant	HM	AL
Pondelok 22.11.2021 6541 / 8333 / 9431 / 11724 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka liptovská Mlieko vanilkové plnotučné	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7 7	Polievka kyslá zemiaková s vajíčkom Rizoto z hydinového mäsa so zelenino. Šalát cviklový s chrenom Čaj ovocný Jablká	180/200/22. 230/270/30. 50/80/80/11. 150/200/20. 100/150/15.	1,3,7 7,9	Chlieb na olovrant Nátierka makovo - medová Čaj ovocný	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7
Utorok 23.11.2021 8702 / 11265 / 13082 / 15707 (kJ)	Závin kysnutý s makovou pl. Biela káva	130/200/2. 150/200/2.	1,3,7 7	Polievka mrkvovo-zázvorová s kokosov. Hokí na pekáči Zemiaky varené s maslom Kompót miešaný s nálevom Čajovníkový čaj bez kofeínu s medom .	180/200/22. 75/90/105/1. 120/150/20. 120/140/14. 150/200/20.	3,4,7 7	Chlieb na olovrant Nátierka maslová so strúha. Čajovníkový čaj bez kofeín.	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7
Streda 24.11.2021 5571 / 6768 / 7621 / 9023 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka vajcová Mlieko s medom plnotučné	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 3,7,10 7	Polievka hovädzia Hovädzie mäso varené Omáčka chrenová Knedľa kysnutá Voda so šťavou	180/200/22. 34/40/46/52 110/130/15. 80/90/120/1. 150/200/20.	9 1,7 1,3,7	Jablkové pyré	100/100/1.	1,8
Štvrtok 25.11.2021 5181 / 5852 / 6748 / 7973 (kJ)	Puding vanilkový s piškóta.	250/160/1.	7	Polievka karfiolová so sójovými knedlích. Koložvárska kapusta * Zemiakové pyré Čaj ovocný	180/200/22. 135/170/22. 130/195/24. 150/200/20.	1,3,6,7, 1,7 7	Chlieb na olovrant Maslo Zeleninová obloha - parada. Čaj ovocný	55/65/75/9. 15/20/25/3. 19/22/27/3. 150/200/2.	1 7
Piatok 26.11.2021 5566 / 6725 / 7687 / 9343 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka vlašská Čaj ovocný	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 3,7,10	Polievka fazuľová s mäsom a zelenino. Heľpianske trhance * Mlieko plnotučné Termizovaný tvarohový dezert (rôzne p.	180/200/22. 190/250/30. 150/200/20. 100/100/10.	1,9 1,7 7 7	Jablká	100/150/1.	
MŠ / I.stupeň / II.stupeň / 15-18	Vedúci : Mgr.Pavlina Jakubcová			Hlavný kuchár : Anna Drevková					

Dátum	Obed	Hmotnosť	AL	Suchý balíček	Hmotnosť	AL
Pondelok 22.11.2021 6541 / 8333 / 9431 / 11724 (kJ)				Chlieb na desiatu Nátierka liptovská Mlieko ochutené	55/65/75/90 20/26/32/40 150/200/200/2.	1 7 7
Utorok 23.11.2021 8702 / 11265 / 13082 / 15707 (kJ)				Závin kysnutý s makovou plnkou Biela káva	130/200/230/2. 150/200/200/2.	1,3,7 7
Streda 24.11.2021 5571 / 6768 / 7621 / 9023 (kJ)				Chlieb na desiatu Nátierka vajcová Ovocný nápoj Ovocie	55/65/75/90 20/26/32/40 200/200/200/2. 100/150/150/2.	1 3,7,10
Štvrtok 25.11.2021 5181 / 5852 / 6748 / 7973 (kJ)				Termizovaný tvarohový dezert (rôzne príchute) Cereálne výrobky	100/100/100/1. 25/33/40/50	7 1,5,8
Piatok 26.11.2021 5566 / 6725 / 7687 / 9343 (kJ)				Chlieb na desiatu Nátierka vlašská Ovocný nápoj	55/65/75/90 20/26/32/40 200/200/200/2.	1 3,7,10
MŠ / I.stupeň / II.stupeň / 15-18	Vedúci : Mgr.Pavlina Jakubcová			Hlavný kuchár : Anna Drevková		

Dátum	Desiata	HM	AL	Obed	HM	AL	Olovrant	HM	AL
Pondelok 22.11.2021 6541 / 8333 / 9431 / 11724 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka liptovská Mlieko vanilkové plnotučné	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7 7	Polievka kyslá zemiaková s vajíčkom Rizoto z hydínového mäsa so zelenino. Šalát cviklový s chrenom Čaj ovocný Jablká	180/200/22. 230/270/30. 50/80/80/11. 150/200/20. 100/150/15.	1,3,7 7,9	Chlieb na olovrant Nátierka makovo - medová Čaj ovocný	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7
Utorok 23.11.2021 8702 / 11265 / 13082 / 15707 (kJ)	Závin kysnutý s makovou pl. Biela káva	130/200/2. 150/200/2.	1,3,7 7	Polievka mrkvovo-zázvorová s kokosov. Hokí na pekáči Zemiaky varené s maslom Kompót miešaný s nálevom Čajovníkový čaj bez kofeínu s medom .	180/200/22. 75/90/105/1. 120/150/20. 120/140/14. 150/200/20.	3,4,7 7	Chlieb na olovrant Nátierka maslová so strúha. Čajovníkový čaj bez kofeín.	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7
Streda 24.11.2021 5571 / 6768 / 7621 / 9023 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka vajcová Mlieko s medom plnotučné	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 3,7,10 7	Polievka hovädzia Hovädzie mäso varené Omáčka chrenová Knedľa kysnutá Voda so šťavou	180/200/22. 34/40/46/52 110/130/15. 80/90/120/1. 150/200/20.	9 1,7 1,3,7	Jablkové pyrė	100/100/1.	1,8
Štvrtok 25.11.2021 5181 / 5852 / 6748 / 7973 (kJ)	Puding vanilkový s piškóta.	250/160/1.	7	Polievka karfiolová so sójovými knedlič. Koložvárska kapusta * Zemiakové pyrė Čaj ovocný	180/200/22. 135/170/22. 130/195/24. 150/200/20.	1,3,6,7, 1,7 7	Chlieb na olovrant Maslo Zeleninová obloha - parada. Čaj ovocný	55/65/75/9. 15/20/25/3. 19/22/27/3. 150/200/2.	1 7
Piatok 26.11.2021 5566 / 6725 / 7687 / 9343 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka vlašská Čaj ovocný	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 3,7,10	Polievka fazuľová s mäsom a zelenino. Heľpianske trhance * Mlieko plnotučné Termizovaný tvarohový dezert (rôzne p.	180/200/22. 190/250/30. 150/200/20. 100/100/10.	1,9 1,7 7 7	Jablká	100/150/1.	
MŠ / I.stupeň / II.stupeň / 15-18	Vedúci : Mgr.Pavlina Jakubcová			Hlavný kuchár : Anna Drevková					

Dátum	Obed	Hmotnosť	AL	Suchý balíček	Hmotnosť	AL
Pondelok 22.11.2021 6541 / 8333 / 9431 / 11724 (kJ)				Chlieb na desiatu Nátierka liptovská Mlieko ochutené	55/65/75/90 20/26/32/40 150/200/200/2.	1 7 7
Utorok 23.11.2021 8702 / 11265 / 13082 / 15707 (kJ)				Závin kysnutý s makovou plnkou Biela káva	130/200/230/2. 150/200/200/2.	1,3,7 7
Streda 24.11.2021 5571 / 6768 / 7621 / 9023 (kJ)				Chlieb na desiatu Nátierka vajcová Ovocný nápoj Ovocie	55/65/75/90 20/26/32/40 200/200/200/2. 100/150/150/2.	1 3,7,10
Štvrtok 25.11.2021 5181 / 5852 / 6748 / 7973 (kJ)				Termizovaný tvarohový dezert (rôzne príchute) Cereálne výrobky	100/100/100/1. 25/33/40/50	7 1,5,8
Piatok 26.11.2021 5566 / 6725 / 7687 / 9343 (kJ)				Chlieb na desiatu Nátierka vlašská Ovocný nápoj	55/65/75/90 20/26/32/40 200/200/200/2.	1 3,7,10
MŠ / I.stupeň / II.stupeň / 15-18	Vedúci : Mgr.Pavlina Jakubcová			Hlavný kuchár : Anna Drevková		

Dátum	Desiata	HM	AL	Obed	HM	AL	Olovrant	HM	AL
Pondelok 22.11.2021 6541 / 8333 / 9431 / 11724 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka liptovská Mlieko vanilkové pľnotučné	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7 7	Polievka kyslá zemiaková s vajíčkom Rizoto z hydínového mäsa so zelenino. Šalát cviklový s chrenom Čaj ovocný Jablká	180/200/22. 230/270/30. 50/80/80/11. 150/200/20. 100/150/15.	1,3,7 7,9	Chlieb na olovrant Nátierka makovo - medová Čaj ovocný	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7
Utorok 23.11.2021 8702 / 11265 / 13082 / 15707 (kJ)	Závin kysnutý s makovou pl. Biela káva	130/200/2. 150/200/2.	1,3,7 7	Polievka mrkvovo-zázvorová s kokosov. Hokí na pekáči Zemiaky varené s maslom Kompót miešaný s nálevom Čajovníkový čaj bez kofeínu s medom .	180/200/22. 75/90/105/1. 120/150/20. 120/140/14. 150/200/20.	3,4,7 7	Chlieb na olovrant Nátierka maslová so strúha. Čajovníkový čaj bez kofeín.	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7
Streda 24.11.2021 5571 / 6768 / 7621 / 9023 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka vajcová Mlieko s medom pľnotučné	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 3,7,10 7	Polievka hovädzia Hovädzie mäso varené Omáčka chrenová Knedľa kysnutá Voda so šťavou	180/200/22. 34/40/46/52 110/130/15. 80/90/120/1. 150/200/20.	9 1,7 1,3,7	Jablkové pyrė	100/100/1.	1,8
Štvrtok 25.11.2021 5181 / 5852 / 6748 / 7973 (kJ)	Puding vanilkový s piškóta.	250/160/1.	7	Polievka karfiolová so sójovými knedlích. Koložvárska kapusta * Zemiakové pyrė Čaj ovocný	180/200/22. 135/170/22. 130/195/24. 150/200/20.	1,3,6,7, 1,7 7	Chlieb na olovrant Maslo Zeleninová obloha - parada. Čaj ovocný	55/65/75/9. 15/20/25/3. 19/22/27/3. 150/200/2.	1 7
Piatok 26.11.2021 5566 / 6725 / 7687 / 9343 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka vlašská Čaj ovocný	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 3,7,10	Polievka fazuľová s mäsom a zelenino. Heľpianske trhance * Mlieko pľnotučné Termizovaný tvarohový dezert (různe p.	180/200/22. 190/250/30. 150/200/20. 100/100/10.	1,9 1,7 7 7	Jablká	100/150/1.	
MŠ / I.stupeň / II.stupeň / 15-18	Vedúci : Mgr.Pavľina Jakubcová			Hlavný kuchár : Anna Drevková					

Dátum	Obed	Hmotnosť	AL	Suchý balíček	Hmotnosť	AL
Pondelok 22.11.2021 6541 / 8333 / 9431 / 11724 (kJ)				Chlieb na desiatu Nátierka liptovská Mlieko ochutené	55/65/75/90 20/26/32/40 150/200/200/2.	1 7 7
Utorok 23.11.2021 8702 / 11265 / 13082 / 15707 (kJ)				Závin kysnutý s makovou plnkou Biela káva	130/200/230/2. 150/200/200/2.	1,3,7 7
Streda 24.11.2021 5571 / 6768 / 7621 / 9023 (kJ)				Chlieb na desiatu Nátierka vajcová Ovocný nápoj Ovocie	55/65/75/90 20/26/32/40 200/200/200/2. 100/150/150/2.	1 3,7,10
Štvrtok 25.11.2021 5181 / 5852 / 6748 / 7973 (kJ)				Termizovaný tvarohový dezert (rôzne príchute) Cereálne výrobky	100/100/100/1. 25/33/40/50	7 1,5,8
Piatok 26.11.2021 5566 / 6725 / 7687 / 9343 (kJ)				Chlieb na desiatu Nátierka vlašská Ovocný nápoj	55/65/75/90 20/26/32/40 200/200/200/2.	1 3,7,10
MŠ / I.stupeň / II.stupeň / 15-18	Vedúci : Mgr.Pavlina Jakubcová			Hlavný kuchár : Anna Drevková		

Dátum	Desiata	HM	AL	Obed	HM	AL	Olovrant	HM	AL
Pondelok 22.11.2021 6541 / 8333 / 9431 / 11724 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka liptovská Mlieko vanilkové plnotučné	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7 7	Polievka kyslá zemiaková s vajíčkom Rizoto z hydinového mäsa so zelenino. Šalát cviklový s chrenom Čaj ovocný Jablká	180/200/22. 230/270/30. 50/80/80/11. 150/200/20. 100/150/15.	1,3,7 7,9	Chlieb na olovrant Nátierka makovo - medová Čaj ovocný	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7
Utorok 23.11.2021 8702 / 11265 / 13082 / 15707 (kJ)	Závin kysnutý s makovou pl. Biela káva	130/200/2. 150/200/2.	1,3,7 7	Polievka mrkvovo-zázvorová s kokosov. Hokí na pekáči Zemiaky varené s maslom Kompót miešaný s nálevom Čajovníkový čaj bez kofeínu s medom .	180/200/22. 75/90/105/1. 120/150/20. 120/140/14. 150/200/20.	3,4,7 7	Chlieb na olovrant Nátierka maslová so strúha. Čajovníkový čaj bez kofeín.	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7
Streda 24.11.2021 5571 / 6768 / 7621 / 9023 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka vajcová Mlieko s medom plnotučné	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 3,7,10 7	Polievka hovädzia Hovädzie mäso varené Omáčka chrenová Knedľa kysnutá Voda so šťavou	180/200/22. 34/40/46/52 110/130/15. 80/90/120/1. 150/200/20.	9 1,7 1,3,7	Jablkové pyré	100/100/1.	1,8
Štvrtok 25.11.2021 5181 / 5852 / 6748 / 7973 (kJ)	Puding vanilkový s piškóta.	250/160/1.	7	Polievka karfiolová so sójovými knedlích. Koložvárska kapusta * Zemiakové pyré Čaj ovocný	180/200/22. 135/170/22. 130/195/24. 150/200/20.	1,3,6,7, 1,7 7	Chlieb na olovrant Maslo Zeleninová obloha - parada. Čaj ovocný	55/65/75/9. 15/20/25/3. 19/22/27/3. 150/200/2.	1 7
Piatok 26.11.2021 5566 / 6725 / 7687 / 9343 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka vlašská Čaj ovocný	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 3,7,10	Polievka fazuľová s mäsom a zelenino. Heľpianske trhance * Mlieko plnotučné Termizovaný tvarohový dezert (rôzne p.	180/200/22. 190/250/30. 150/200/20. 100/100/10.	1,9 1,7 7 7	Jablká	100/150/1.	
MŠ / I.stupeň / II.stupeň / 15-18	Vedúci : Mgr.Pavlina Jakubcová			Hlavný kuchár : Anna Drevková					

Dátum	Obed	Hmotnosť	AL	Suchý balíček	Hmotnosť	AL
Pondelok 22.11.2021 6541 / 8333 / 9431 / 11724 (kJ)				Chlieb na desiatu Nátierka liptovská Mlieko ochutené	55/65/75/90 20/26/32/40 150/200/200/2.	1 7 7
Utorok 23.11.2021 8702 / 11265 / 13082 / 15707 (kJ)				Závin kysnutý s makovou plnkou Biela káva	130/200/230/2. 150/200/200/2.	1,3,7 7
Streda 24.11.2021 5571 / 6768 / 7621 / 9023 (kJ)				Chlieb na desiatu Nátierka vajcová Ovocný nápoj Ovocie	55/65/75/90 20/26/32/40 200/200/200/2. 100/150/150/2.	1 3,7,10
Štvrtok 25.11.2021 5181 / 5852 / 6748 / 7973 (kJ)				Termizovaný tvarohový dezert (rôzne príchute) Cereálne výrobky	100/100/100/1. 25/33/40/50	7 1,5,8
Piatok 26.11.2021 5566 / 6725 / 7687 / 9343 (kJ)				Chlieb na desiatu Nátierka vlašská Ovocný nápoj	55/65/75/90 20/26/32/40 200/200/200/2.	1 3,7,10
MŠ / I.stupeň / II.stupeň / 15-18	Vedúci : Mgr.Pavlina Jakubcová			Hlavný kuchár : Anna Drevková		

Dátum	Desiata	HM	AL	Obed	HM	AL	Olovrant	HM	AL
Pondelok 22.11.2021 6541 / 8333 / 9431 / 11724 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka liptovská Mlieko vanilkové plnotučné	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7 7	Polievka kyslá zemiaková s vajčkom Rizoto z hydinového mäsa so zelenino. Šalát cviklový s chrenom Čaj ovocný Jablká	180/200/22. 230/270/30. 50/80/80/11. 150/200/20. 100/150/15.	1,3,7 7,9	Chlieb na olovrant Nátierka makovo - medová Čaj ovocný	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7
Utorok 23.11.2021 8702 / 11265 / 13082 / 15707 (kJ)	Závin kysnutý s makovou pl. Biela káva	130/200/2. 150/200/2.	1,3,7 7	Polievka mrkvovo-zázvorová s kokosov. Hokí na pekáči Zemiaky varené s maslom Kompót miešaný s nálevom Čajovníkový čaj bez kofeínu s medom .	180/200/22. 75/90/105/1. 120/150/20. 120/140/14. 150/200/20.	3,4,7 7	Chlieb na olovrant Nátierka maslová so strúha. Čajovníkový čaj bez kofeín.	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7
Streda 24.11.2021 5571 / 6768 / 7621 / 9023 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka vajcová Mlieko s medom plnotučné	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 3,7,10 7	Polievka hovädzia Hovädzie mäso varené Omáčka chrenová Knedľa kysnutá Voda so šťavou	180/200/22. 34/40/46/52 110/130/15. 80/90/120/1. 150/200/20.	9 1,7 1,3,7	Jablkové pyré	100/100/1.	1,8
Štvrtok 25.11.2021 5181 / 5852 / 6748 / 7973 (kJ)	Puding vanilkový s piškóta.	250/160/1.	7	Polievka karfiolová so sójovými knedlích. Koložvárska kapusta * Zemiakové pyré Čaj ovocný	180/200/22. 135/170/22. 130/195/24. 150/200/20.	1,3,6,7, 1,7 7	Chlieb na olovrant Maslo Zeleninová obloha - parada. Čaj ovocný	55/65/75/9. 15/20/25/3. 19/22/27/3. 150/200/2.	1 7
Piatok 26.11.2021 5566 / 6725 / 7687 / 9343 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka vlašská Čaj ovocný	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 3,7,10	Polievka fazuľová s mäsom a zelenino. Heľpianske trhance * Mlieko plnotučné Termizovaný tvarohový dezert (rôzne p.	180/200/22. 190/250/30. 150/200/20. 100/100/10.	1,9 1,7 7 7	Jablká	100/150/1.	
MŠ / I.stupeň / II.stupeň / 15-18	Vedúci : Mgr.Pavlina Jakubcová			Hlavný kuchár : Anna Drevková					

Dátum	Obed	Hmotnosť	AL	Suchý balíček	Hmotnosť	AL
Pondelok 22.11.2021 6541 / 8333 / 9431 / 11724 (kJ)				Chlieb na desiatu Nátierka liptovská Mlieko ochutené	55/65/75/90 20/26/32/40 150/200/200/2.	1 7 7
Utorok 23.11.2021 8702 / 11265 / 13082 / 15707 (kJ)				Závin kysnutý s makovou plnkou Biela káva	130/200/230/2. 150/200/200/2.	1,3,7 7
Streda 24.11.2021 5571 / 6768 / 7621 / 9023 (kJ)				Chlieb na desiatu Nátierka vajcová Ovocný nápoj Ovocie	55/65/75/90 20/26/32/40 200/200/200/2. 100/150/150/2.	1 3,7,10
Štvrtok 25.11.2021 5181 / 5852 / 6748 / 7973 (kJ)				Termizovaný tvarohový dezert (rôzne príchute) Cereálne výrobky	100/100/100/1. 25/33/40/50	7 1,5,8
Piatok 26.11.2021 5566 / 6725 / 7687 / 9343 (kJ)				Chlieb na desiatu Nátierka vlašská Ovocný nápoj	55/65/75/90 20/26/32/40 200/200/200/2.	1 3,7,10
MŠ / I.stupeň / II.stupeň / 15-18	Vedúci : Mgr.Pavlina Jakubcová			Hlavný kuchár : Anna Drevková		

Dátum	Desiata	HM	AL	Obed	HM	AL	Olovrant	HM	AL
Pondelok 22.11.2021 6541 / 8333 / 9431 / 11724 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka liptovská Mlieko vanilkové plnotučné	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7 7	Polievka kyslá zemiaková s vajčkom Rizoto z hydínového mäsa so zelenino. Šalát cviklový s chrenom Čaj ovocný Jablká	180/200/22. 230/270/30. 50/80/80/11. 150/200/20. 100/150/15.	1,3,7 7,9	Chlieb na olovrant Nátierka makovo - medová Čaj ovocný	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7
Utorok 23.11.2021 8702 / 11265 / 13082 / 15707 (kJ)	Závin kysnutý s makovou pl. Biela káva	130/200/2. 150/200/2.	1,3,7 7	Polievka mrkvovo-zázvorová s kokosov. Hokí na pekáči Zemiaky varené s maslom Kompót miešaný s nálevom Čajovníkový čaj bez kofeínu s medom .	180/200/22. 75/90/105/1. 120/150/20. 120/140/14. 150/200/20.	3,4,7 7	Chlieb na olovrant Nátierka maslová so strúha. Čajovníkový čaj bez kofeín.	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7
Streda 24.11.2021 5571 / 6768 / 7621 / 9023 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka vajcová Mlieko s medom plnotučné	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 3,7,10 7	Polievka hovädzia Hovädzie mäso varené Omáčka chrenová Knedľa kysnutá Voda so šťavou	180/200/22. 34/40/46/52 110/130/15. 80/90/120/1. 150/200/20.	9 1,7 1,3,7	Jablkové pyré	100/100/1.	1,8
Štvrtok 25.11.2021 5181 / 5852 / 6748 / 7973 (kJ)	Puding vanilkový s piškóta.	250/160/1.	7	Polievka karfiolová so sójovými knedlích. Koložvárska kapusta * Zemiakové pyré Čaj ovocný	180/200/22. 135/170/22. 130/195/24. 150/200/20.	1,3,6,7, 1,7 7	Chlieb na olovrant Maslo Zeleninová obloha - parada. Čaj ovocný	55/65/75/9. 15/20/25/3. 19/22/27/3. 150/200/2.	1 7
Piatok 26.11.2021 5566 / 6725 / 7687 / 9343 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka vlašská Čaj ovocný	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 3,7,10	Polievka fazuľová s mäsom a zelenino. Heľpianske trhance * Mlieko plnotučné Termizovaný tvarohový dezert (rôzne p.	180/200/22. 190/250/30. 150/200/20. 100/100/10.	1,9 1,7 7 7	Jablká	100/150/1.	
MŠ / I.stupeň / II.stupeň / 15-18	Vedúci : Mgr.Pavlina Jakubcová			Hlavný kuchár : Anna Drevková					

Dátum	Obed	Hmotnosť	AL	Suchý balíček	Hmotnosť	AL
Pondelok 22.11.2021 6541 / 8333 / 9431 / 11724 (kJ)				Chlieb na desiatu Nátierka liptovská Mlieko ochutené	55/65/75/90 20/26/32/40 150/200/200/2.	1 7 7
Utorok 23.11.2021 8702 / 11265 / 13082 / 15707 (kJ)				Závin kysnutý s makovou plnkou Biela káva	130/200/230/2. 150/200/200/2.	1,3,7 7
Streda 24.11.2021 5571 / 6768 / 7621 / 9023 (kJ)				Chlieb na desiatu Nátierka vajcová Ovocný nápoj Ovocie	55/65/75/90 20/26/32/40 200/200/200/2. 100/150/150/2.	1 3,7,10
Štvrtok 25.11.2021 5181 / 5852 / 6748 / 7973 (kJ)				Termizovaný tvarohový dezert (rôzne príchute) Cereálne výrobky	100/100/100/1. 25/33/40/50	7 1,5,8
Piatok 26.11.2021 5566 / 6725 / 7687 / 9343 (kJ)				Chlieb na desiatu Nátierka vlašská Ovocný nápoj	55/65/75/90 20/26/32/40 200/200/200/2.	1 3,7,10
MŠ / I.stupeň / II.stupeň / 15-18	Vedúci : Mgr.Pavlina Jakubcová			Hlavný kuchár : Anna Drevková		