

Dátum	Desiata	HM	AL	Obed	HM	AL	Olovrant	HM	AL
Pondelok 09.01.2023 4265 / 5439 / 6397 / 7816 (kJ)	Chlieb na desiati Nátierka vajcová Mlieko s medom plnotučné	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 3,7,10 7	Polievka rascová s vajcom Kuracie stehno poľovnícke * Zemiaky opekané Kyslá uhorka Čaj ovocný	180/200/22. 110/140/17. 120/150/20. 50/70/70/10. 150/200/20.	1,3,7,9 1,9	Chlieb na olovrant Nátierka džemová Čaj ovocný	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7
Utorok 10.01.2023 4109 / 5226 / 6129 / 7559 (kJ)	Vianočka, sladké pečivo Maslo Biela káva	60/100/12. 15/20/25/3. 150/200/2.	1,3,7 7 7	Polievka kelová Hovädzí tokáň na smotane * Cestovina Čajovníkový čaj bez kofeínu s medom .	180/200/22. 104/120/13. 13/15/17/20 150/200/20.	1,7 1,7 1	Chlieb na olovrant Nátierka syrová pena Čajovníkový čaj bez kofeín.	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 3,7
Streda 11.01.2023 4563 / 5588 / 6487 / 7870 (kJ)	Pečivo tukové Nátierka liptovská Mlieko kakaové plnotučné	50/70/80/1. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7 7	Polievka z mrazeného špenátu s vajco. Rybíe filé na vidiecky spôsob Zemiakové pyré Šalát mix Ovocný nápoj z prírodného 100% konc.	180/200/22. 82/103/127/. 130/195/24. 50/80/80/11. 150/200/20.	1,3,7 1,4,7 7 12	Jablkové pyré Piškóty	100/100/1. 20/25/25/3.	1,8 1,3
Štvrtok 12.01.2023 4447 / 5716 / 6588 / 7768 (kJ)	Krupicová kaša	210/270/3.	1,7	Polievka zemiaková so syrom Bravčové stehno debrecínske * Ryža dusená Šalát z červenej kapusty Čajovníkový čaj bez kofeínu s medom .	180/200/22. 86/102/128/. 110/150/17. 45/90/90/11. 150/200/20.	1,7,9 1	Chlieb na olovrant Maslo Zeleninová obloha - parada.	55/65/75/9. 15/20/25/3. 19/22/27/3.	1 7
Piatok 13.01.2023 4553 / 5551 / 6680 / 7806 (kJ)	Chlieb na desiati celozrnný Nátierka vlašská Čaj ovocný	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 3,7,10	Polievka gulášová Šúľance so strúhankou Čaj ovocný Jogurt ovocný	180/200/22. 180/230/27. 150/200/20. 100/100/10.	1,9 1,3,7 7	Ovocie	100/150/1.	
MŠ / I.stupeň / II.stupeň / 15-18	Vedúci : Mgr.Pavlina Jakubcová			Hlavný kuchár : Anna Drevková					