

Názov : ZŠ s MŠ Vikartovce, Školská jedáleň Adresa : 059 19 Vikartovce 138/6	JEDÁLNY LÍSTOK od 09.12.2019 do 13.12.2019	Strana č.1
---	---	------------

Dátum	Desiata	HM	AL	Večera	HM	AL	Olovrant	HM	AL
Pondelok 09.12.2019 6976 / 9474 / 10663 / 12627 (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				Jablko-mrkvový koláč Čaj čierny	55/70/70/8. 150/200/2.	1,3,7
Utorok 10.12.2019 5965 / 9093 / 10915 / 12836 (kJ)	Vianočka, sladké pečivo Maslo Mlieko s kávinovou zmes.	60/100/12. 15/20/25/3. 150/200/2.	1,3,7 7 7				Chlieb na olovrant Nátierka avokádová Čaj ovocný	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7
Streda 11.12.2019 5443 / 8789 / 10415 / 12352 (kJ)	Pečivo tukové Nátierka syrová labužnícka Mlieko ochutené plnotučné .	50/70/80/1. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7 7				Chlieb na olovrant Nátierka šunková pena Čaj ovocný	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7,10
Štvrtok 12.12.2019 4926 / 5757 / 6690 / 10419 (kJ)	Puding vanilkový s piškóta.	250/160/1.	7				Chlieb na olovrant Maslo Zeleninová obloha - uhorka. Čaj čierny	55/65/75/9. 15/20/25/3. 13/16/20/2. 150/200/2.	1 7
Piatok 13.12.2019 7292 / 8740 / 9607 / 11139 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka sardinková Školská šťava	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 4,7				Školské ovocie	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-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.

Dátum	Obed	Hmotnosť	AL	Suchý balíček	Hmotnosť	AL
Pondelok 09.12.2019 6976 / 9474 / 10663 / 12627 (kJ)	Polievka z hlávkovej kapusty so zemiakmi Ázijská kuracia panvica Ryža dusená Jablkovo-mrkvový koláč Čaj čierny	180/200/220/2. 0/87/98/109 110/150/170/1. 55/70/70/85 150/200/200/2.	1 1,3,7	Buchta plnená Mlieko ochutené plnotučné (rôzne príchute)	190/235/275/3. 150/200/200/2.	1,3,7 7
Utorok 10.12.2019 5965 / 9093 / 10915 / 12836 (kJ)	Polievka karfiolová so syrovou lievankou Rybie filé vyprážané Zemiakový šalát so zeleninou Čaj ovocný	180/200/220/2. 0/90/105/125 150/190/240/2. 150/200/200/2.	1,3,7 1,3,4,7 9,10	Chlieb Nátierka z bravčového mäsa Ovocný nápoj Cereálna tyčinka	60/100/150/15. 20/26/32/40 150/200/200/2. 35/35/35/35	1 3,7,10
Streda 11.12.2019 5443 / 8789 / 10415 / 12352 (kJ)	Polievka zemiaková so syrom Hovädzia pečenka husárska Slovenská ryža Voda s ovocným sirupom s najmenej 50% ovocnej .	180/200/220/2. 94/110/131/14. 120/140/160/2. 150/200/200/2.	1,7,9 1 1	Kuracie nugetky Chlieb Kyslá uhorka Ovocný nápoj	0/85/100/120 60/100/150/15. 50/70/70/100 150/200/200/2.	1,3,7 1
Štvrtok 12.12.2019 4926 / 5757 / 6690 / 10419 (kJ)	Polievka šampiňónová so zeleninou Bravčové karé po cigánsky Zemiaky opekané Šalát z červenej kapusty Čaj ovocný	180/200/220/2. 76/92/108/124 120/150/200/2. 45/90/90/110 150/200/200/2.	1,9 1	Šalát vlašský Pečivo tukové Školské ovocie a ovocná šťava	0/0/0/310 50/70/80/100 150/200/200/2.	1,3,7,10 1
Piatok 13.12.2019 7292 / 8740 / 9607 / 11139 (kJ)	Polievka fazuľová s mäsom a zeleninou Bryndzové pirohy zemiakové – hlbokomrazené Mlieko plnotučné Termizovaný tvarohový dezert (rôzne príchute)	180/200/220/2. 160/180/220/2. 150/200/200/2. 100/100/100/1.	1,9 1,7 7 7	Obložený chlebič Ovocný nápoj Termizovaný tvarohový dezert (rôzne príchute)	100/130/150/1. 150/200/200/2. 100/100/100/1.	1,3,7,10 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-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.