

Názov : ZŠ s MŠ Vikartovce, Školská jedáleň Adresa : 059 19 Vikartovce 138/6	JEDÁLNY LÍSTOK od 23.09.2019 do 27.09.2019	Strana č.1
---	---	------------

Dátum	Desiata	HM	AL	Večera	HM	AL	Olovrant	HM	AL
Pondelok 23.09.2019 10590 / 13201 / 15091 / 17712 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka liptovská Mlieko vanilkové plnotučné	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7 7				Chlieb na olovrant Nátierka džemová Čaj čierny	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7
Utorok 24.09.2019 9587 / 12455 / 14392 / 17187 (kJ)	Závin kysnutý s makovou pl.	130/200/2.	1,3,7				Chlieb na olovrant Nátierka z tuniaka Čaj ovocný	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 4,7
Streda 25.09.2019 8523 / 12271 / 14545 / 17937 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka mrkvová Mlieko ochutené plnotučné .	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 3,7 7				Banány v kakaovom kréme .	90/90/90/9.	7
Štvrtok 26.09.2019 8177 / 9547 / 11453 / 13833 (kJ)	Krupicová kaša	200/200/2.	1,7				Pečivo tukové Nátierka cibuľová Čaj čierny	50/70/80/1. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 3,7
Piatok 27.09.2019 8851 / 10871 / 12097 / 14027 (kJ)	Obložený sendvič Jablková šťava 100%	100/130/1. 150/200/2.	1,3,7,10				Školské ovocie	150/200/2.	
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-Vičí bôb,14-Mäkkýše
Zmena jedálneho lístka je vyhradená. Pri príprave jedál sa nepoužívajú geneticky modifikované potraviny.

Dátum	Obed	Hmotnosť	AL	Balíček	Hmotnosť	AL
Pondelok 23.09.2019 10590 / 13201 / 15091 / 17712 (kJ)	Polievka sedliacka Bravčová roláda na pražský spôsob Ryža dusená Kompót miešaný Voda s ovocným sirupom s najmenej 50% ovocnej .	180/200/220/2. 86/102/120/14. 110/150/170/1. 170/220/220/2. 150/200/200/2.	1,7,9 1,3	Croasant Mlieko ochutené Jablkové pyré	160/200/240/2. 150/200/200/2. 100/100/100/1.	1,3,7 7 1,8
Utorok 24.09.2019 9587 / 12455 / 14392 / 17187 (kJ)	Polievka karfiolová so syrovou lievankou Hovädzie rezne vo vajíčku Zemiaková kaša Šalát z čínskej kapusty s jogurtom Čaj ovocný Banány	180/200/220/2. 55/65/75/95 130/195/240/2. 50/90/90/120 150/200/200/2. 90/200/200/25.	1,3,7 1,3,7 7 7	Chlieb Nátierka šunková s vajcom Jablková šťava 100% Cereálna tyčinka	55/65/75/90 20/26/32/40 150/200/200/2. 1/1/1/1	1 3,7
Streda 25.09.2019 8523 / 12271 / 14545 / 17937 (kJ)	Polievka kyslá zemiaková s vajíčkom Pizza so šunkovou salámou Jablká Jablková šťava 100%	180/200/220/2. 140/200/210/3. 100/150/150/2. 150/200/200/2.	1,3,7 1,3,7	Parížsky šalát, pečivo Školské ovocie + ovocná šťava Pečivo tukové Jablká	0/90/110/120 150/200/200/2. 50/70/80/100 100/150/150/2.	1,3,7 1
Štvrtok 26.09.2019 8177 / 9547 / 11453 / 13833 (kJ)	Polievka paradajková so syrom a ovsenými vločkami. Kuracie prsia zapékané so syrom a broskyňou Hranolky pečené v rúre Cereálna tyčinka Čaj ovocný	180/200/220/2. 85/102/125/16. 85/100/135/16. 1/1/1/1 150/200/200/2.	1,7 1,7	Cereálne výrobky Jogurt ovocný Voda minerálna	25/33/40/50 100/100/100/1. 150/200/200/2.	7
Piatok 27.09.2019 8851 / 10871 / 12097 / 14027 (kJ)	Polievka kelová s mäsom a zemiakmi Bryndzové pirohy zemiakové – hlbokomrazené Mlieko plnotučné Jogurt ovocný	180/200/220/2. 160/180/220/2. 150/200/200/2. 100/100/100/1.	1 1,7 7 7	Obložený sendvič Jablková šťava 100% Cereálna tyčinka	100/130/150/1. 150/200/200/2. 1/1/1/1	1,3,7,10
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.