

Názov : Školská jedáleň pri MŠ
Adresa :

JEDÁLNY LÍSTOK od 16.11.2020 do 20.11.2020

Strana č.1

Dátum	Desiata	HM	AL	Obed	HM	AL	Olovrant	HM	AL
Pondelok 16.11.2020 4662 / 8283 (kJ)	Pečivo tukové	50/100	1	Polievka brokolicovo-karfiolová Špenátové halušky so syrovou omáčkou. Čaj čierny s citrónom	180/250	7	Chlieb na olovrant Nátierka šunková s vajcom Zeleninová obloha - parada. Čaj čierny s citrónom	55/90	1
	Nátierka džemová	20/40	7		200/345	1,3,7		20/40	3,7
	Mlieko kakaové plnotučné -	150/250	7		150/250			19/36	
				Štátny sviatok				150/250	
Utorok 17.11.2020 106 / 185 (kJ)									
Streda 18.11.2020 4413 / 8841 (kJ)	Chlieb na desiatu	55/90	1	Polievka ruský boršč Chlieb k polievke Karfiol zapekaný Zemiaková kaša I. Šalát miešaný Čaj ovocný	180/250	1,7	Pečivo tukové Maslo Čaj ovocný	50/100	1
	Nátierka z tuniaka	20/40	4,7		30/70	1		15/30	7
	Zeleninová obloha - paprika	15/30		120/240	1,3,7	150/250			
	Čaj ovocný	150/250		130/295	7				
				50/120	12				
				150/250					
Štvrtok 19.11.2020 4087 / 7526 (kJ)	Chlieb na desiatu	55/90	1	Polievka zeleninová Ovsené vločky Sedliacka pochúťka Prívarok kapustový s paradajkovým pr. Chlieb k prívarku Čaj zelený	180/250	9	Chlieb na olovrant Nátierka mrkvová Čaj zelený	55/90	1
	Nátierka karfiolová s vajco.	20/40	3,7		8/14	1		20/40	3,7
	Zeleninová obloha - parada.	19/36		80/140	1,3	150/250			
	Čaj zelený	150/250		120/220	1,7				
				40/100	1				
				150/250					
Piatok 20.11.2020 4694 / 8214 (kJ)	Pečivo tukové	50/100	1	Polievka paradajková Ryža Bravčové stehno hamburgské Cestoviny Čaj ovocný	180/250	1,7	Chlieb na olovrant Nátierka šunková s taveným. Zeleninová obloha - kaleráb. Čaj ovocný	55/90	1
	Maslo	15/30	7		8/12	1,7,9,10		20/40	7
	Mlieko plnotučné	150/250	7	117/225	1	12/24			
				120/185		150/250			
				150/250					

Hlavný kuchár : Reváková Lenka

Vedúci : Reváková Lenka

MŠ / 15-18

1-Mäta, 4-Dub, 5-Arašid, 6-Sója, 7-Mlieko, 8-Orechy, 9-Zeľer, 10-Horčica, 11-Sézam, 12-Siričitany, 13-Viči bôb, 14-Mäkkýše

