

# VŠJ pri Materskej škole Agátová 637, 031 04 Lipt. Mikuláš

JEDÁLNY LÍSTOK

18.09.2023 - 22.09.2023

ZMENA JL VYHRADENÁ

Dátum	Desiata	Gr	Menu	Gr	Olovrant	Gr/l/ks
Pondelok 18.9.2023	Alg obilniny <b>Chlieb Nopál</b> Alg mlieko, horčica <b>Nátierka cícerová s cibuľkou</b> Alg mlieko <b>Školské mlieko</b>	55 g 20 g 150 ml	obilniny, mlieko <b>Polievka šošovicová mliečna so zemiakmi</b> obilniny, mlieko <b>Morčacie prsia zapekané so syrom</b> obilniny <b>Tarhoňa dusená</b> <b>Šalát mrkvový s marhuľami</b> <b>Stolová voda</b>	180 - 250 36/20 - 72/50 110 - 210 70 - 110 200 - 250	obilniny <b>Ryžovo-pšenovú kašu kokosová</b>	220 g
Utorok 19.9.2023	Alg obilniny <b>Chlieb ľanový</b> Alg obilniny, mlieko <b>Nátierka z ovsených vločiek s kápiou</b> Alg mlieko <b>Školské mlieko</b>	70 g 20 g 150 ml	obilniny <b>Polievka kapustová s paradajkovým pretlakom</b> obilniny, zeler <b>Bravčové stehno po záhradnícky</b>  <b>Opekané zemiaky</b> <b>Slivky</b> <b>Ovocno-zeleninový nápoj jablko-cvikla</b>	180 - 250 36/70 - 72/110 120 - 250 1 ks 150 - 250	obilniny <b>Moravský koláč s lekvárom</b>  <b>Čaj bylinný osviežujúci</b>	40 g 150 ml
Streda 20.9.2023	Alg obilniny <b>Rožok cereálny</b> Alg mlieko <b>Nátierka syrová labužnícka</b>  <b>Zeleninová obloha - paradajka</b> Alg mlieko <b>Školské mlieko</b>	60 g 20 g 19 g 150 ml	obilniny, vajcia <b>Polievka mrvenicová s hubami/šampiňónmi</b> obilniny, vajcia <b>Štefánska hovädzia pečienka</b>  <b>Ryža dusená</b> <b>Šalát z hlávkovej kapusty miešaný</b> <b>Stolová voda</b>	180 - 250 35/70 - 72/110 110 - 190 40 - 100 200 - 250	obilniny <b>Chlieb</b> mlieko <b>Maslo</b>  <b>Ovocná obloha - jablko</b> <b>Čaj pomaranč-medovka</b>	55 g 15 g 1/4 ks 150 ml
Štvrtok 21.9.2023	Alg obilniny <b>Chlieb lámankový</b> Alg vajcia, mlieko <b>Nátierka vajcová s pretlakom</b> Alg <b>Zeleninová obloha - uhorka šalátová</b> Alg mlieko <b>Školské mlieko</b>	55 g 20 g 130g 150 ml	obilniny, zeler <b>Polievka zelerová s ovsenými vločkami</b> obilniny, sója, mlieko <b>Koložvárska kapusta</b>  <b>Zemiaky varené</b> <b>Nektarinky</b> <b>Voda s ovocným sirupom - tropic</b>	180 - 250 135 - 302 120 - 250 1 ks 150 - 250	<b>Tvarohové chrupky</b>  <b>Čaj lipový</b>	55 g 150 ml
Piatok 22.9.2023	Alg obilniny <b>Chlieb družstevný</b> Alg ryby, mlieko <b>Nátierka z rýb v pretlaku</b> Alg  Alg <b>Čaj jablko-echinacea</b>	55 g 20 g 150 ml	obilniny <b>Polievka gulášová srbská</b> obilniny, vajcia, mlieko <b>Buchty pečené plnené lekvárom</b>  mlieko <b>Školské mlieko</b> <b>Školské ovocie - hrušky</b>	180/12 - 250/18 160 - 280 150 - 250 1 ks	<b>Ovocie</b>	1 ks

Denne sa podáva nápoj

pri výrobe jedál nepoužívame geneticky modifikované potraviny

Jezná Anna

VŠJ

Emília Lovichová, Anna Hrčová

kuchárky