

Jedálny lístok

Školská jedáleň pri ZŠ s MŠ, J. D. Matejovie, Liptovský Hrádok

Dátum: **29. 4. - 3. 5. 2024**

Hmotnosť porcie v gramoch

		1. - 4. roč	5.-9.roč.	dospelí
Pondelok	Polievka:	Rybacia letná 9		
	Hlav. jedlo:	Dukátové buchtičky s vanilkovým krémom 1,3,7		
	Nápoj:	Školské mlieko 7, voda so šťavou		
	Ostatné:	Školské jablko, minipareníčka		
		200	220	250
		260	320	380
		0,2	0,2	0,2
		200 16,7	200 16,7	200 16,7
Utorok	Polievka:	Zemiaková so sterilizovanými šampiňónmi 1,7		
	Hlav. jedlo:	Sotté z kuracích pŕs 10, ryžové cestoviny		
	Nápoj:	Caj s citrónom, Školské mlieko Dráčik 7		
	Ostatné:	Banánový šalát s jahodami 1/2		
		200	220	250
		42+60 150	48+70 180	72+80 210
		0,2 0,25	0,2 0,25	0,2 0,25
		60	60	65
Streda	Polievka:			
	Hlav. jedlo:			
	Nápoj:			
	Ostatné:			
		200	220	250
		0,23 0,2	0,23 0,2	0,23 0,2
Štvrtok	Polievka:	Cícerová so zeleninou a mäsom 9		
	Hlav. jedlo:	Štrapačky s bryndzou 1,3,7		
	Nápoj:	Acidofilné mlieko 7, voda		
	Ostatné:	Banán		
		200	220	250
		240	270	330
		0,23 0,2	0,23 0,2	0,23 0,2
		200	200	200
Piatok	Polievka:	Portugalská 1,7,9		
	Hlav. jedlo:	Hovädzia pečienka husárska 1, opekané zemiaky		
	Nápoj:	Školské mlieko Dráčik 7, Školský džús		
	Ostatné:	Ľadový šalát s paradajkami a bazalkou		
		200	220	250
		40+70 150	46+85 200	70+95 250
		0,25 0,2	0,25 0,2	0,25 0,2
		95	95	120

Alergény: 1 obilniny, 2 kôrovce, 3 vajcia, 4 ryby, 5 arašidy, 6 sójové zrná, 7 mlieko, 8 orechy, 9 zeler, 10 horčica, 11 sezamové semená, 12 kysl.siričitý

Vedúca ŠJ: Krátká Oľga

Hlavná kuchárka: Pitoňáková Mária

Krajina pôvodu mäsa: SR