

Jedálny lístok

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

Dátum: **15. 4. - 19. 4. 2024**

Hmotnosť porcie v gramoch

		1. - 4. roč		5.-9.roč.		dospelí	
Pondelok	Polievka:	Kuracia s cestovinou 1,9		200	220	250	
	Hlav. jedlo:	Buchty pečené s čokolád.-orieškovým krémom 1,3,7,8		200	240	280	
	Nápoj:	Školské mlieko 7, voda so šľavou		0,2	0,2	0,2	
	Ostatné:	Banán, mliečny krém šľahaný 1ks		200 125	200 125	200 125	
Utorok	Polievka:	Paradajková so strúh. mrkvou a lievankou 1,3,7		200	220	250	
	Hlav. jedlo:	Pečená treska tmavá so sezamom 1,7,11,zemiak.pyré 7		65 195	80 240	119 295	
	Nápoj:	Školský džús		0,2	0,2	0,2	
	Ostatné:	Salát z bielej reďkovky s jablkami		80	80	105	
Streda	Polievka:	Juhočeská kulajda 3,7		200	220	250	
	Hlav. jedlo:	Hovädzí guláš mexický 1,7		280	316	370	
	Nápoj:	Školské mlieko ochutené 7, voda s citrónom		0,2	0,2	0,2	
	Ostatné:	Perník, kiwi		65 100	65 100	80 100	
Štvrtok	Polievka:	Fazuľová s fľačkami 1,7,9		200	220	250	
	Hlav. jedlo:	Karfiol vyprášaný 1,3,7, zemiaky s maslom 7		150 150	170 200	200 250	
	Nápoj:	Voda so šľavou		0,2	0,2	0,2	
	Ostatné:	Tatárska omáčka z jogurtu 7,10, Školské jablko		55 200	65 200	80 200	
Piatok	Polievka:	Z vaječnej zápražky 1,3,7,9		200	220	250	
	Hlav. jedlo:	Bratislavské rizoto 1,7		260	270	328	
	Nápoj:	Školské mlieko Dráčik, čaj s citrónom		0,25 0,2	0,25 0,2	0,25 0,2	
	Ostatné:	Salát záhradný 7		80	80	100	

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