

Jedálny lístok

09.12-15.12.2024

Pondelok (09.12):

	Polievka hrášková krémová s chlebovými krutónmi (hrášok , smotana, mlieko, chlebové krutóny)	1,7
I.	Kuracie prsia zapečené s brokolicou a syrom, ryža, sterilizovaná cvikla, napolitánka, čaj (kuracie prsia, cesnak, brokolica, syr tehla)	1,7
II.	Slivkový koláč, napolitánka, čaj (múka, vajcia, cukor, kompót slivkový, droždie, mlieko, mak, maslo)	1,3,7
III.	Bravčové na čerstvých paradajkách, ryža, dusená zelenina na masle, obloha, napolitánka, čaj (bravčové stehno, čerstvé paradajky, cesnak, šampiňóny, brokolica, hrášok, bazalka, paprika, rajčiny, šalátová uhorka, kapusta)	1,7

Utorok (10.12):

	Polievka fazuľková s lievankou (fazuľové struky, mrkva, zeleninový vývar, hrubá krupica, vajce)	1,3,12
I.	Segedínska kapusta, kysnutá knedľa, jablko, čaj (bravčové pliecko, kapusta kyslá, smotana, múka, vajce, droždie, mlieko)	1,3,7,12
II.	Zapekané zemiaky s brokolicou a slaninou, sterilizovaná cvikla, jablko, čaj (zemiaky, oravská slanina, brokolica, vajcia, syr tehla, cesnak)	3,7
III.	Kuracie prsia so špenátovou omáčkou, pečené zemiaky, obloha, jablko, čaj (kuracie prsia, tavený syr, syr eidam, cesnak, paprika, rajčiny, šalátová uhorka, kapusta)	7

Streda (11.12):

	Polievka frankfurtská, chlieb čierny (párky, zemiaky, cesnak)	1,3,6
I.	Kura na kanadský spôsob, tarhoňa, mrkvovo-jablkový šalát, mandarínka, čaj (kuracie stehná, jablko, mrkva)	1
II.	Rezancový nákyp s tvarohom a jablkami, mandarínka, čaj (široké rezance, maslo, vajcia, tvaroh, jablká, strúhanka, mlieko)	1,3,7
III.	Pirohy s bryndzou a slaninou, zákvas, mandarínka, čaj (zemiaky, múka, vajcia, bryndza, slanina, kyslá smotana, cibuľa)	1,3,7

Štvrtok (12.12):

	Polievka hovädzia s niťovkami (mrkva, zeler, kaleráb, petržlen, hovädzí vývar, niťovky)	1,9
I.	Vyprážený plnený rezeň, zemiakové pyrú, šalát z čínskej kapusty, pomaranč, čaj (bravčové karé, dusená šunka, syr eidam, múka, vajce, strúhanka, zemiaky, maslo, mlieko, čínska kapusta)	1,3,7
II.	Rizoto s hubami, šalát z čínskej kapusty, pomaranč, čaj (ryža, šampiňóny, pór, pohánka, maslo, kyslá smotana, čínska kapusta)	7
III.	Kurča na orientálny spôsob, ryža, obloha, pomaranč, čaj (kuracie stehná, oravská slanina, mrkva, paprika, kápia, šampiňóny, rajčiny, fazuľové struky, cesnak, paprika, rajčiny, šalátová uhorka, kapusta)	

Piatok (13.12):

	Polievka zemiaková kyslá (zemiaky, smotana, mlieko)	1, 7
I.	Vyprázaná tilapia, zemiakovo-cibuľový šalát, banán, čaj (ryba –TILAPIA, mlieko, múka, vajce, strúhanka, zemiaky, mrkva, hrášok, sterilizované uhorky, horčica)	1, 3, 4, 7
II.	Dukátové buchty, banán, čaj (múka, vajce, droždie, maslo, mlieko, zlatý klas)	1, 3, 7
III.	Hovädzí maďarský guláš s paprikou, grahamový chlieb, banán, čaj (hovädzie zadné, paprika, rajčiny, cesnak, kyslá smotana)	7

Sobota (14.12):

	Polievka cesnaková so zemiakmi (zemiaky, cesnak, zeleninový vývar)	1
I.	Gulčky v paradajkovej omáčke, chlieb čierny, čaj (bravčové pliecko, ryža, vajcia, paradajkový pretlak, cibuľa)	1, 3

Nedeľa (15.12):

	Polievka hovädzia s pečeneňovými haluškami (mrkva, petržlen, zeler, kaleráb, hovädzí vývar, bravčová pečeň, vajcia, múka)	9
I.	Bravčové cigánske rebierko, ryža, sterilizovaná uhorka, čaj (bravčová krkovička, masť, cesnak, slanina, múka, horčica)	1, 10

Mária Seudieu
Nutričná terapeutka

Ing. Alžbeta Hercegová
Vedúca nutričná terapeutka OLVaS

Dušan Zakalata
Vedúci zmeny

Zmena v jedálnom lístku vyhradená.

Zoznam alergénov:

- 1) **obilniny** obsahujúce lepok (pšenica,raž,jačmeň,ovos,špalda, kamut alebo ich hybridné odrody
- 2) **kôrovce** a ich výrobky
- 3) **vajcia** a výrobky z nich
- 4) **ryby** a výrobky z nich
- 5) **arašidy** a výrobky z nich
- 6) **sójové zrná** a výrobky z nich
- 7) **mlieko** a výrobky z neho, vrátane laktózy
- 8) **orechy**(mandle,lieskové orechy,vlašské orechy,kešu, pekanové orechy, para orechy, pistácie makadamové orechy,queens. orechy a výrobky z nich)
- 9) **zeler** a výrobky z neho
- 10) **horčica** a výrobky z nej
- 11) **sezamové semená** a výrobky z nich
- 12) **oxid siričitý a siričitany** v koncentrácii vyšších ako 10 mg/kg alebo 10 mg/l
- 13) **vlčí bôb** a výrobky z nich
- 14) **mäkkýše** a výrobky z nich