

Jedálny lístok

05.05-11.05.2025

Pondelok (05.05):

	Polievka hrášková s mrveničkou (hrášok, mrvenička)	1
I.	Milánske špagety, šalátový pult, nápoj (brav.pliecko, parad.pretlak, kečup,syr eidam, špagety, šaláty : mrkvový, ovocný, kompótový)	1,7,12
II.	Hrášková omeleta, zemiaky, šalátový pult, nápoj (vajcia, hladká múka, mlieko, hrášok, šalát : mrkvový, kompótový, ovocný)	1,3,7
III.	Plnené kuracie batohy, ryža s hráškom, obloha, šalátový pult, nápoj (kuracie prsia, dusená šunka, syr eidam, ryža, hrášok, obloha: paprika, rajčiny, kapusta, uhorky, šaláty :mrkvový, kompótový, ovocný)	1,7

Utorok (06.05):

	Polievka karfiolová s mrveničkou (karfiol, mrvenička)	1,3
I.	Plnené kuracie prsia v syrovej omáčke, ryža, šalátový pult, nápoj (kuracie prsia, dusená šunka, šampiňóny, syr eidam, mlieko, šaláty :cviklový s chrenom, čalamáda, citrusový s banánom)	1,7,12
II.	Marhuľové guľky s orechami, šalátový pult, nápoj (zemiaky, vajcia, múka, marhuľový kompót, orechy, šaláty : citrusový s banánom)	1,3,8,12
III.	Bravčové rebierko so šunkou a vajcom, americké zemiaky, obloha, šalátový pult, nápoj (brav.karé, dusená šunka, vajcia, horčica, obloha: paprika, rajčiny, uhorky, kapusta, šaláty : cviklový s chrenom, čalamáda, citrusový s banánom)	1,3,10

Streda (07.05):

	Polievka špenátová s vajcom (špenát, mlieko, smotana, vajcia)	1,3,7
I.	Bravčová sedliacka kapsa, tarhoňa, šalátový pult, nápoj (brav.karé, oravská slanina, klobása, horčica, cesnak, šaláty : hlávkový, mexický, karfiolový)	1,10
II.	Zapekané zemiaky s tofu syrom, šalátový pult, nápoj (zemiaky, tofu syr, smotana, vajcia, šaláty : hlávkový, mexický, karfiolový)	3,6,7
III.	Hovädzia roštenka na bylinkách, dusená zelenina na masle, bulgur, obloha, šalátový pult, nápoj (hov.roštenka, brokolica, šampiňóny, hrášok,mrkva, maslo, obloha:paprika, rajčiny, uhorky, kapusta, šaláty:hlávkový, mečický, karfiolový)	1,7

Štvrtok (08.05):

	Polievka hovädzia s pečeňovými haluškami (mrkva, kaleráb, petržlen, zeler, hovädzí vývar, hrubá krupica, bravčová pečeň, vajcia)	1,3,9
I.	Vyprážené kuracie stehná, ryža, broskyňový kompót, nápoj (kuracie stehná, trojobal : hladká múka, vajcia, strúhanka, olej)	1,3,12
II.	SVIATOK	
III.	SVIATOK	

Piatok (09.05):

	Polievka zeleninová s lievankou (mrkva, petržlen, zeler , kaleráb, hrubá krupica, vajce)	1,3,9
I.	Bravčové dusené s kelom , zemiaky, šalátový pult , nápoj (brav.stehno , kel, slanina, šaláty : kapustový , ovocný , ľadový)	1,
II.	Ryžový nákyp , šalátový pult , nápoj (ryža , vajcia, mlieko , maslo , hrozienka, marhuľový kompót , sirup , šaláty : ovocný)	3,7,12
III.	Kuracie mäso plnené v zemiakovej placke,obloha , šalátový pult , nápoj (kuracie prsia, zemiaky, vajcia, hrubá múka, šampiňóny, ster.kukurica, syr eidam, obloha:paprika, rajčiny, uhorky, kapusta, šaláty: kapustový , ovocný , ľadový)	1,3,7,12

Sobota (10.05):

	Polievka kalerábová s lievankou (kaleráb, mrkva, hrubá krupica, vajce)	1,3
I.	Bravčový perkelt , fazuľový prívarok , čierny chlieb , nápoj (brav.pliecko , fazuľa , mlieko , smotana , ocot)	1,7,12

Nedeľa (11.05):

	Polievka hovädzia s pečeňovými haluškami (mrkva, petržlen, zeler, kaleráb, hovädzí vývar, bravčová pečeň, krupica, vajcia)	1,9
I.	Zapekané bravčové rezne so šunkou a syrom, ryža, ster.uhorka , nápoj (brav.karé , dusená šunka, syr eidam)	1,7

Monika Bednárová
Nutričná terapeutka

Ing. Alžbeta Hercegová
Vedúca nutričná terapeutka OLVaŠ

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) **mákkýše** a výrobky z nich