

Jedálny lístok

•♦• 20.05-26.05.2024 •♦•

Pondelok (20.05):

	Polievka paradajková so syrom (paradajkový pretlak, paradajky lúpané, cukor, syr tehla)	1, 7, 12
I.	Francúzske zemiaky, cviklový šalát, hruška, nápoj (zemiaky, vajcia, smotana, mlieko, klobása)	3, 7
II.	Osie hniezda, hruška, nápoj (múka, vajcia, maslo, mlieko, droždie, olej, cukor, škorica)	1, 3, 7
III.	Kuracie prsia na nivovej omáčke, pečené zemiaky, obloha, hruška, nápoj (kuracie prsia, smotana, mlieko, syr niva, hlávková kapusta, rajčiny, paprika, uhorky)	1, 7

Utorok (21.05):

	Polievka hrášková s mrveničkou (čerstvý hrášok, zeleninový vývar, mrvenička)	1, 3
I.	Kuracie prsia plnené po pražsky, ryža s hráškom, mrkvovo –jablkový šalát, napolitánka, nápoj (kuracie prsia, vajcia, hrášok, dusená šunka, hrášok, mrkva, jablko)	1, 3
II.	Podplamenník s bryndzou a slaninkou, napolitánka, nápoj (hladká múka, vajcia, droždie, zemiaky, kyslá smotana, bryndza, oravská slanina)	1, 3, 7
III.	Hovädzia roštenka, dusená zelenina na masle, hranolky, obloha, napolitánka, nápoj (hovädzia roštenka, cibuľa, maslo, čerstvá zelenina: brokolica, mrkva, hrášok, šampiňóny, paprika, rajčiny, šalátová uhorka, hlávková kapusta)	1, 7

Streda (22.05):

	Polievka brokolicová krémová s chlebovými krutónmi (čerstvá brokolica, mlieko, smotana, chlebové krutóny)	1, 7
I.	Bravčové zamagurské, cestoviny, jablko, nápoj (bravčové stehno, liptovská saláma, čerstvá zelenina: mrkva, petržlen, zeler, hrášok, smotana, mlieko)	1, 7, 9
II.	Bratislavské rezance s makom, jablko, nápoj (široké rezance, vajcia, mak, džem, maslo, citrónová kôra, smotana)	1, 3, 7
III.	Kuracie mäso plnené v placke, obloha, jablko, nápoj (hladká múka, zemiaky, vajcia, šampiňóny, kukurica, kuracie prsia, syr eidam, čerstvá zelenina: paprika, rajčiny, šalátová uhorka, hlávková kapusta)	1, 3, 7

Štvrtok (23.05):

	Polievka hovädzia s pečeňovými haluškami (hovädzí vývar, čerstvá zelenina: mrkva, petržlen, zeler, kaleráb, bravčová pečeň, vajcia, hrubá krupica)	1, 3, 9
I.	Zemplínske rezne, tarhoňa, hlávkový šalát, termix, nápoj (bravčové karé, slanina, klobása, hlávkový šalát, ocot, cukor)	1
II.	Vyprážený karfiol, zemiaky, tatárska omáčka, termix, nápoj (čerstvý karfiol, trojobal: hladká múka, vajce, strúhanka)	1, 3, 7
III.	Bravčové rebierko so šunkou a vajcom, americké zemiaky, obloha, hlávkový šalát, termix, nápoj (bravčové karé, dusená šunka, vajce, horčica, hlávkový šalát jarný, čerstvá zelenina: paprika, rajčiny, šalátová uhorka, hlávková kapusta)	1, 3, 10

Piatok (24.05):

	Polievka frankfurtská, chlieb čierny (párky, zemiaky, zeleninový vývar)	1, 3, 7
	Černohorský rezeň, zemiaky s petržlenovou vňaťou, tzatziki, banán, nápoj	
I.	(bravčové karé, cestíčko: hladká múka, zemiaky, vajce, cesnak, syr eidam, čerstvé šalátové uhorky, biely jogurt, cesnak, kôpor, citróny)	1, 3, 7
II.	Kapustníky, banán, nápoj (polohrubá múka, vajce, droždie, maslo, mlieko, hlávková kapusta)	1, 3, 7
III.	Cestovinový šalát s čerstvými hubami, obloha, banán, nápoj (šampiňóny, maslo, paprika, rajčiny, olivy, kyslá smotana, biely jogurt, cestoviny: špirále, šalátová uhorka, paprika, rajčiny, hlávková kapusta, hlávkový šalát jarný)	1, 3, 7

Sobota (25.05):

	Polievka hrášková krémová, chlebové krutóny (hrášok, smotana, mlieko)	1, 7
	Bravčové rizoto so syrom, kapustový šalát, nápoj	
I.	(ryža, čerstvá zelenina :mrkva, petržlen, brokolica, karfiol, kaleráb, hrášok, syr eidam, hlávková kapusta, mrkva, cibuľa, ocot, cukor)	7

Nedela (26.05):

	Polievka slepačia s ničkami (mrkva, petržlen, kaleráb, zeler, slepačí vývar)	1, 9
I.	Zapekané karé v zemiakovom pyrė, sterilizovaná uhorka, nápoj (bravčové karé, zemiaky, maslo, mlieko)	1, 7

Monika Bednárová
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