

Jedálny lístok

10.02-16.02.2025

Pondelok (10.02):

	Polievka zeleninová s mrveničkou (zeleninový vývar, mrkva, petržlen, zeler, kaleráb, mrvenička)	1, 9
I.	Bravčové zamagurské, cestoviny, jablko, čaj (bravčové stehno, liptovská saláma, petržlen, mrkva, zeler, hrášok, smotana, mlieko)	1, 6, 7, 9, 12
II.	Kakaový zývin, jablko, čaj (múka, droždie, maslo, vajce, kakao, cukor)	1, 3, 7
III.	Kuracie prsia plnené bryndzou a slaninkou, pečené zemiaky, obloha, sterilizovaná uhorka, čaj (kuracie prsia, oravská slanina, bryndza, paprika, rajčiny, šalátová uhorka, kapusta, mrkva)	1, 7

Utorok (11.02):

	Polievka cesnaková so zemiakmi (zemiaky, cesnak)	1
I.	Bravčový balkánsky plameň, slovenská ryža, sterilizovaná uhorka, čaj (bravčové stehno, slanina, šampiňóny, sterilizované lečo, kečup, cesnak)	1, 12
II.	Rizoto s hubami, sterilizovaná uhorka, čaj (ryža, maslo, šampiňóny, pór, pohánka, kyslá smotana)	7
III.	Vyprážený syr, hranolky, tatárska omáčka, obloha, čaj (syr eidam, múka, vajce, strúhanka, paprika, rajčiny, šalátová uhorka, kapusta)	1, 3

Streda (12.02):

	Polievka šošovicová s párkom, chlieb čierny (šošovica, párky, cesnak, cibuľa, zeleninový vývar)	1, 6
I.	Zapekané kuracie prsia s brokolicou a syrom, ryža, mrkvový šalát, mandarinka, čaj (kuracie prsia, brokolica, syr eidam)	1, 7
II.	Osie hniezda, mandarinka, čaj (múka, droždie, maslo, vajce, škoric, cukor)	1, 3, 7
III.	Hovädzia roštenka Esterházy, ryža s hráškom, obloha, mandarinka, čaj (hovädzia roštenka, slanina, šampiňóny, sterilizované lečo, paprika, rajčiny, šalátová uhorka, kapusta)	1

Štvrtok (13.02):

	Polievka slepačia s niťovkami (slepačí vývar, mrkva, petržlen, zeler, kaleráb)	1, 9
I.	Hovädzí maďarský guláš, kysnutá knedľa, napolitánka, čaj (hovädzie predné, sterilizované lečo, paradajkový pretlak, cesnak, múka, vajce, droždie, mlieko)	1, 3, 7, 12
II.	Zapekaný karfiol, zemiaky, sterilizovaná cvikla, napolitánka, čaj (karfiol, smotana, vajce, syr eidam)	1, 3, 7
III.	Ryba na panvici, americké zemiaky, obloha, napolitánka, čaj (ryba-FILETY, paprika, pór, mrkva, brokolica, mlieko, kyslá smotana, paprika, rajčiny, šalátová uhorka, kapusta)	1, 4, 7

Piatok (14.02):

	Polievka ragú (hovädzie predné, mrkva, petržlen, zeler, smotana, mlieko)	1, 7, 9
I.	Vypražaná tilapia, zemiaky, kapustový šalát, čaj (ryba –TILAPIA, mlieko, múka, vajce, strúhanka, kapusta, mrkva)	1, 3, 4, 7
II.	Kapustníky, čaj (múka, droždie, maslo, vajce, kapusta)	1, 3, 7
III.	Bravčové na čerstvých paradajkách, dusená zelenina na masle, obloha, čaj (bravčové stehno, brokolica, šampiňóny, mrkva, hrášok, cesnak, rajčiny, paprika, šalátová uhorka)	1, 7

Sobota (15.02):

	Polievka kalerábová s lievankou (múka, mrkva, kaleráb, cibuľa, zeleninový vývar, vajcia)	1, 3
I.	Bravčový perkelt, fazuľový prívarok, chlieb čierny, čaj (bravčové pliecko, fazuľa, smotana, mlieko, cesnak)	1, 7

Nedeľa (16.02):

	Polievka hovädzia s niťovkami (mrkva, petržlen, zeler, kaleráb, hovädzí vývar)	1, 9
I.	Zapekané bravčové rezne s broskyňou a syrom, ryža, mrkvovo–jablkový šalát, čaj (bravčové karé, broskyňový kompót, syr eidam, mrkva, jablko)	1, 7, 12

Mária Pintešová
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