

Jedálny lístok

27.05-02.06.2024

Pondelok (27.05):

	Polievka zemiaková kyslá (zemiaky, smotana, mlieko, ocot)	1, 7
I.	Plnený kapustný list, zemiaky, dezert Paula, nápoj (bravčové pliecko, ryža, kyslá kapusta, hlavkova kapusta, oravská slanina, smotana)	1, 3
II.	Makovo –jablkový závin, dezert Paula, nápoj (hladká múka, droždie, vajcia, maslo, mlieko, mak, jablká)	1, 3, 7
III.	Bravčové na čerstvých paradajkách, ryža, obloha, sterilizovaná uhorka, dezert Paula, nápoj (bravčové stehno, rajčiny, cibuľa, hlávková kapusta, rajčiny, paprika, uhorky)	1

Utorok (28.05):

	Polievka kelová s klobásou, chlieb čierny (čerstvý cesnak, kel, zemiaky, kabanos)	1, 3, 7, 12
I.	Kuracie kúsky s tofu syrom, ryža, mrkvový šalát, jablko, nápoj (kuracie prsia, tofu syr)	
II.	Granadír, mrkvový šalát, jablko, nápoj (fliačky, zemiaky, paprika mletá)	1, 3, 7
III.	Hovädzia roštenka s vajcom, hranolky, obloha, mrkvový šalát, jablko, nápoj (hovädzia roštenka, vajcia, čerstvá zelenina: paprika, rajčiny, šalátová uhorka, hlávková kapusta, mrkva, cukor, ocot)	

Streda (29.05):

	Polievka hrášková s mrveničkou (hrášok, polievkové cestoviny)	1, 3, 12
I.	Špagety Bolognese, napolitánka, nápoj (bravčové pliecko, špagety, čerstvá zelenina: mrkva, zeler, cesnak, paradajky lúpané, paradajkový pretlak, kečup, bazalka, syr tehla)	1, 3, 7, 9
II.	Ryžový nákyp, napolitánka, nápoj (ryža, vajcia, cukor, mlieko, maslo, kompót marhuľový, sirup ovocný, hrozienka)	1, 3, 7, 12
III.	Zapekaný kurací rezeň na šampiňónoch, ryža, obloha, sterilizovaná uhorka, napolitánka, nápoj (kuracie prsia, čerstvé paradajky, smotana, hríby, syr tehla, čerstvá zelenina: paprika, rajčiny, šalátová uhorka, hlávková kapusta)	1, 7, 12

Štvrtok (30.05):

	Polievka jarná s niťovkami (zeleninový vývar, čerstvá zelenina: mrkva, petržlen, kaleráb, karfiol, hrášok, polievkové cestoviny)	1, 3
I.	Partizánska kapsa, ryža s hráškom, tzatziki, banán, nápoj (bravčové karé, čerstvé šampiňóny, zemiaky, slanina, vajcia, mlieko, čerstvé šalátové uhorky, biely jogurt, cesnak, kôpor, citróny)	1, 3, 7, 12
II.	Rizoto z červenej šošovice s opečenou cibuľkou, tzatziki, banán, nápoj (šošovica, ryža, čerstvé citróny, čerstvý cesnak a pór, petržlenová vňať, čerstvé šalátové uhorky, biely jogurt, cesnak, kôpor, citróny)	7
III.	Bravčové na pekingský spôsob, pečené zemiaky, obloha, banán, nápoj	

Piatok (31.05):

	Polievka pórová so zeleninou (čerstvá zelenina: pór, mrkva, zemiaky, mlieko, vajcia)	1, 3, 7
I.	Vypražaná tilapia, zemiaky s petržlenovou vňaťou, kapustový šalát, jablko, nápoj (filety tilapia, trojobal: múka, vajcia, strúhanka, olej, čerstvá zelenina: -hlávková kapusta, cibuľa, ocot, cukor)	1, 3, 4
II.	Šúl'ance so strúhankou, kompót višňový, jablko, nápoj (zemiakové cesto, cukor, strúhanka)	1, 3, 7
III.	Cestovinový šalát s tuniakom, obloha, jablko, nápoj (cestoviny vrtule, vajcia, tuniak, čerstvá zelenina: paradajka, uhorka, kávia, citróny, bazalka, syr tehla, šalátová uhorka, paprika, rajčiny, hlávková kapusta)	1, 3, 4, 7

Sobota (01.06):

	Polievka šošovicová so zeleninou (šošovica, čerstvá zelenina: mrkva, petržlen, zeleninový vývar)	
I.	Bravčové azu, slovenská ryža, paprikový šalát, nápoj (bravčové stehno, hrášok, šampiňóny, sterilizované lečo, liptovská saláma)	1, 12

Nedela (02.06):

	Polievka hovädzia, pečeňové halušky (mrkva, petržlen, kaleráb, zeler, hovädzí vývar, bravčová pečienka, krupica hrubá, vajcia)	1, 3, 9
I.	Bravčové cigánske rebierko, ryža, uhorkový šalát, nápoj (bravčová krkovička, horčica, cesnak, šalátová uhorka, cukor, ocot)	1, 10

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