

# Jedálny lístok

23.09-29.09.2024

## Pondelok (23.09):

	<b>Polievka hrášková krémová s krutónmi</b> (hrášok, mlieko, chlebové krutóny)	1, 7
I.	<b>Bravčové na čínsky spôsob, ryža, cviklový šalát, termix, nápoj</b> (mrkva, pór, cibuľa, kávia, zeler, cesnak, hriby – judášovo ucho, čerstvá cvikla)	1, 6, 7, 9
II.	<b>Moravské koláče, termix, nápoj</b> (múka, droždie, mlieko, cukor, maslo, tvaroh, vajcia, citrónová kôra, slivkový lekvár)	1, 3, 7
III.	<b>Hovädzí steak na dusenej zelenine, pečené zemiaky, obloha, kapustový šalát, termix, nápoj</b> (hovädzia roštenka, horčica, cesnak, brokolica, karfiol, fazuľkové struky, kukurica, paprika, rajčiny, šalátová uhorka, kapusta)	10, 12

## Utorok (24.09):

	<b>Polievka hrachová so zemiakmi</b> (zemiaky, cesnak, hrach)	1
I.	<b>Kurací paprikáš, halušky, nápoj</b> (kuracie stehná, smotana, krupica hrubá, vajcia)	1, 3, 7
II.	<b>Cestovinový šalát s tuniakom, nápoj</b> (cestoviny, tuniak, vajcia, uhorky, kávia, paradajky, citróny, syr tehla, bazalka)	1, 3, 4, 7
III.	<b>Bravčová roláda s nivovou plnkou, tarhoňa, obloha, sterilizovaná uhorka, nápoj</b> (bravčové karé, vajcia, saláma mäkká, syr niva, paprika, rajčiny, šalátová uhorka, hlávková kapusta)	1, 3, 7

## Streda (25.09):

	<b>Polievka jarná s niťovkami</b> (mrkva, petržlen, kaleráb, karfiol, hrášok, polievkové cestoviny)	1, 3
I.	<b>Vegánsky garden gourmet zapečený s cheddarom a omáčkou quattro formaggi, dusený karfiol a brokolica, opekané zemiaky, nektarinka, nápoj</b> (sójový burger, syr cheddar, omáčka quatro formagi)	6, 7
II.	<b>Grilované rezančeky so šalátom garden gourmet, nektarinka, nápoj</b> (sójové rezančeky, ľadový šalát, paradajky, paprika, uhorky, olivy, syr eidam, biely jogurt, kukurica)	6, 7
III.	<b>Grilované kuracie prsia s holandskou omáčkou a fazuľkovými luskami, zemiakové pyrė, obloha, nektarinka, nápoj</b> (kuracie prsia, fazuľkové lusky, holandská omáčka, paprika, rajčiny, šalátová uhorka, kapusta, mrkva)	3, 7

## Štvrtok (26.09):

	<b>Polievka slepačia s pečeňovými haluškami</b> (mrkva, petržlen, zeler, kaleráb, karfiol, hrášok, hrubá krupica, bravčová pečeň, vajcia, slepačí vývar)	1, 3, 9
I.	<b>Bravčové na čerstvých paradajkách, slovenská ryža, paradajkový šalát, nápoj</b> (bravčové stehno, paradajky, cibuľa)	1, 3
II.	<b>Žemľovka s tvarohom a jablkami, nápoj</b> (pečivo, maslo, cukor, hrozienka, tvaroh, škoricca, vajcia, mlieko, jablká, citrónová kôra)	1, 3, 7
III.	<b>Cigánsky bravčový tokáň, hranolky, paradajkový šalát, obloha, nápoj</b> (bravčové stehno, maslo, kečup, paprika, rajčiny, šalátová uhorka, kapusta)	6, 7

## **Piatok** (27.09):

	<b>Polievka kapustová s klobásou, chlieb čierny</b> (zemiaky, cesnak, slanina, klobása, bravčové koleno údené)	1, 12
<b>I.</b>	<b>Vyprázaná tilapia, zemiakové pyré, mrkvový šalát, jablko, nápoj</b> (filety tilapia, vajcia, múka, strúhanka, )	1, 3, 7
<b>II.</b>	<b>Špenátové halušky so syrovo-hubovou omáčkou, jablko, nápoj</b> (zemiaky, cesnak, špenát, šampiňóny, vajce, smotana, syr črievko)	1, 3, 7
<b>III.</b>	<b>Hortobád'ska mletá roštenka, ryža, obloha , mrkvový šalát, jablko, nápoj</b> (hovädzie zadné, vajcia, mlieko, hriby, lečo, paprika, rajčiny, šalátová uhorka, kapusta)	1, 3, 7, 12

## **Sobota** (28.09):

	<b>Polievka kalerábová s lievankou</b> (mrkva, kaleráb, cibuľa, vývar zeleninový, múka hrubá, vajcia)	1, 3
<b>I.</b>	<b>Kura na šampiňónoch, ryža, kapustový šalát, nápoj</b> (kuracie stehná, šampiňóny, paradajky, cibuľa)	1, 12

## **Nedeľa** (29.09):

	<b>Polievka hovädzia s niťovkami</b> (mrkva, petržlen, zeler, kaleráb, hovädzí vývar, polievkové cestoviny)	1, 9
<b>I.</b>	<b>Bravčový maďarský rezeň, zemiaky, sterilizovaná uhorka, nápoj</b> (bravčové karé, vajcia, strúhanka, smotana, kapusta, mrkva)	1, 3, 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