

Jedálny lístok

Školská jedáleň pri ZŠ s MŠ, J. D. Matejovie, Liptovský Hrádok

Dátum: 22. 4. - 26. 4. 2024

Hmotnosť porcie v gramoch

		1. - 4. roč			5.-9.roč.			dospelí						
Pondelok	Polievka:	Sošovicová s mäsom a zeleninou 9				200			220			250		
	Hlav. jedlo:	Zemiakové šúľance s tvarohom a vanilk. krémom1,7,8				280			300			380		
	Nápoj:	Školské mlieko 7, voda so šľavou				0,2			0,2			0,2		
	Ostatné:	Banán, termix				200 90			200 90			200 90		
Utorok	Polievka:	Slovenská šajtlava 1,9				200			220			250		
	Hlav. jedlo:	Klopsy na turecký spôsob 1,3,7, zemiakové pyrė 7				120 195			140 240			175 295		
	Nápoj:	Džús				0,2			0,2			0,2		
	Ostatné:	Salát uhorkový, miniparenička				90 16,7			90 16,7			120 16,7		
Streda	Polievka:	Brokolicová so syrom 7				200			220			250		
	Hlav. jedlo:	Kuracie stehná pečené na masle 1,7, ryža				100+60 150			115+65 170			153+75 190		
	Nápoj:	Školské mlieko Dráčik 7, voda				0,23 0,2			0,23 0,2			0,23 0,2		
	Ostatné:	Salát mrkvový s kukuricou, mandarinka				80 100			80 100			110 100		
Štvrtok	Polievka:	Sampiňónová so zeleninou a ovsenými vločkami 1,9				200			220			250		
	Hlav. jedlo:	Syrové karbonátky+špenátový prívarok1,3,7,zemiaky				75 110 150			90 140 200			105 160 250		
	Nápoj:	Voda so šľavou				0,2			0,2			0,2		
	Ostatné:	Školská hruška, ovocné smothie				200 0,2			200 0,2			200 0,2		
Piatok	Polievka:	Cesnaková so zemiakmi 1,7				200			220			250		
	Hlav. jedlo:	Cufty na dalmátsky spôsob 1,3,7, cestoviny 1				70+105 140			80+125 165			105+155 185		
	Nápoj:	Školské mlieko ochutené 7, čaj s citrónom				0,2 0,2			0,2 0,2			0,2 0,2		
	Ostatné:	Školské jablko, cereálna tyčinka				200 1ks			200 1ks			200 1ks		

Alergény: 1 obilniny, 2 kôrovce, 3 vajcia, 4 ryby, 5 arašidy, 6 sójové zrná, 7 mlieko, 8 orechy, 9 zeler, 10 horčica, 11 sezamové semená, 12 kysl.siričitý

Vedúca ŠJ: Krátká Oľga

Hlavná kuchárka: Pitoňáková Mária

Krajina pôvodu mäsa: SR