

Názov: Základná škola s materskou školou
Adresa: Stred 122, 027 05 Zázrivá

JEDÁLNY LÍSTOK

od 09.10.2017 do 13.10.2017

DÁTUM	DESIATA	HM	AL	OBED	HM	AL	OLOVRANT	HM	A L
Pondelok 09.10.2017 (kJ)	Chlieb, nát. liptovská, biela káva*	55,90g 20,32g 200g	1 7 7 7	Pol. kelová so zemiakmi Rizoto hydínové so zeleninou Cviklový šalát sterilizovaný Čaj citrónový	180,200,220,250g 220260,290,320g 50,75,75,100g	1,	Ovocie,		
Utorok 10.10.2017 (kJ)	Plundra lekvárová, mlieko ochutené *	60,120	1 10	Pol. kalerábová s vločkami Bravčové pečené, Zemiaková kaša, Šalát uhorkový, voda pitná	180,200.220.250g 36,42,48,52g 150,170,190g 60,90,90,100	1, 1, 7	Chlieb, maslo, kaleráb, čaj citrónový	55g	1,
Streda 11.10.2017 (kJ)	Chlieb, maslo, šunka, paradajka, čaj	55,90g 15,25g 10,25g	1 7	Pol. gulášová Fazuľový prívarok so zemiakmi Varené vajíčko ,chlieb Čaj citrónový	180,200,220,250g 140,170,200,230g 25,50,75,100	1,9 1,7 3,1	Pečivo, maslo, mlieko ochutené *	50g 15g	1
Štvrtok 12.10.2017 (kJ)	Cereálie s mliekom *	25,40g 140, 200g	1, 7	Pol. zeleninová so závärkou Hovädzia pečienka znojemska, Knedľa kysnutá Čaj citrónový	180,200,220,250g 34,40,46,52g 80,90,120,150g	9,1,3 1,3	Chlieb, maslo, syr, čaj	55g 15g 10g	1
Piatok 13.10.2017 (kJ)	Chlieb , nát. z filé, paprika, čaj citrónový	55,90g 20,40g	1 4,	Pol. cibuľová so zemiakmi - mliečna Šišky s džemom Mlieko * banán	180,200,220,250g 160,220,260,300g 200,200,200,250g	1, 7, 1,3 7	jogurt		7
		Vedúca šj: Júlia Maceková		hlavná kuchárka: Mária Zaťková					

*Mlieko a mliečne výrobky „Školského programu“ Európskej únie s finančnou pomocou Európskej únie.

ALERGÉNY:

1 – Obilniny, 2 – Kôrovce, 3 – Vajcia, 4 – Ryby, 5 – Arašidy, 6 – Sója, 7 – Mlieko, 8 – Orechy, 9 – Zeler, 10 – Horčica, 11 – Sezam, 12 – Siričitany, 13 – Vlčí bôb, 14 - Mäkkýše