

Jedálny lístok

od 19.10.2020 do 23.10.2020

Zriaďovateľ: Mesto Liptovský mikuláš

Deň Dátum	Č.MSN	desiata	Alergény	Č.MSN	Obed	Alergény	Č.MSN	olovrant	Alergény
Pondelok	03.007	Chlieb na desiatu 55/0/0 65/0/0 75/0/0 90/0/0	01	05.090	Polievka šči 180/110 200/120 220/160 250/160	01,07	03.009	Chlieb na olovrant 55/0/0 65/0/0 75/0/0 90/0/0	01
	02.072	Nátiarka z tuniaka s mrkvou 20/0/0 26/0/0 32/0/0 40/0/0	04,07	15.048	Tvarohové guľky - hlbokozmrazené 160/0/0 200/0/0 240/0/0 280/0/0	07	02.006	Maslo 15/0/0 20/0/0 25/0/0 30/0/0	07
	01.010	Čaj s citrónom 150/0/0 200/0/0 200/0/0 250/0/0		16.009	Posyпка maková na buchty 40/0/0 50/0/0 60/0/0 70/0/0	07	14.050	Varené vajcia 25/0/0 50/0/0 75/0/0 100/0/0	03
19.10.2020				01.005	Čaj ovocný 150/0/0 200/0/0 200/0/0 250/0/0		01.079-1	Mlieko s kávovinou zmesou (plnotučné) 150/0/0 200/0/0 200/0/0 250/0/0	01,07
Utorok	03.007	Chlieb na desiatu 55/0/0 65/0/0 75/0/0 90/0/0	01	22.011	Ovocie 100/0/0 150/0/0 150/0/0 200/0/0		21.036	Puding vanilkový s kompótom 250/0/0 160/0/0 160/0/0 160/0/0	01,07
	02.049	Nátiarka talianska 20/0/0 26/0/0 32/0/0 40/0/0	07	05.130	Polievka zemiaková so sterilizovanými 180/0/0 200/0/0 220/0/0 250/0/0	01,07			
	01.063	Detský ovocný a ovocno-bylinný čaj 150/0/0 200/0/0 200/0/0 250/0/0		07.015	Bravčové stejno na rasci 71/36/33 87/42/45 108/48/60 124/54/70	01			
20.10.2020				17.011	Ryža dusená 110/0/0 150/0/0 170/0/0 190/0/0				
				24.013	Salát mrkvový s citrónom 50/0/0 75/0/0 75/0/0 100/0/0				
				01.026	Voda s ovocným sirupom (najm. 50% ovocnej) 150/0/0 200/0/0 200/0/0 250/0/0				
Streda	03.007	chlieb Korn ovsený 55/0/0 65/0/0 75/0/0 90/0/0	01	05.175	Polievka hrstková s bulgurom a červenou 180/0/0 200/0/0 220/0/0 250/0/0	01,09	23.006	Pata tvarohový dezert 100/0/0 100/0/0 100/0/0 100/0/0	07
	02.051	Nátiarka tvarohová s jablkami 20/0/0 26/0/0 32/0/0 40/0/0	07	13.010	Francúzske zemiaky 200/0/0 250/0/0 300/0/0 350/0/0	03,07			
	01.013	Mlieko polotučné 150/0/0 200/0/0 200/0/0 250/0/0	07	07.019	Bravčové stejno pečené s hlávkovou kapustou 106/36/70 132/42/90 158/48/11 194/54/14				
21.10.2020				24.053	Salát z hlávkovej kapusty s mrkvou 60/0/0 90/0/0 90/0/0 120/0/0				
				01.006	Čaj ovocný s medom 150/0/0 200/0/0 200/0/0 250/0/0				
				05.168	Polievka Mňam, mňam 180/0/0 200/0/0 220/0/0 250/0/0	07,08	03.075	tvarohový závin 60/0/0 100/0/0 120/0/0 150/0/0	01
Štvrtok	02.006	Maslo 15/0/0 20/0/0 25/0/0 30/0/0	07	13.058	Špagety po bolonsky 180/0/0 240/0/0 280/0/0 320/0/0	01	01.005	Čaj šípkový 150/0/0 200/0/0 200/0/0 250/0/0	
	01.012	Mlieko kakaové 150/0/0 200/0/0 200/0/0 250/0/0	07	22.011	Ovocie 100/0/0 150/0/0 150/0/0 200/0/0				
				01.054	Citronáda 150/0/0 200/0/0 200/0/0 250/0/0				
22.10.2020									
Piatok	03.007	Chlieb na desiatu 55/0/0 65/0/0 75/0/0 90/0/0	01	05.049	Polievka kelová 180/0/0 200/0/0 220/0/0 250/0/0	01,07	22.011	Ovocie 100/0/0 150/0/0 150/0/0 200/0/0	01,07
	02.113	Nátiarka zo špenátu 20/0/0 26/0/0 32/0/0 40/0/0	03,07	10.002	Karbonátok z rybieho filé pečený 75/0/0 90/0/0 100/0/0 115/0/0	01,03,04,07			
	01.013	Mlieko polotučné 150/0/0 200/0/0 200/0/0 250/0/0	07	17.033	Zemiaky varené 120/0/0 150/0/0 200/0/0 250/0/0				
23.10.2020				24.028	Salát rajčiakový s pôrom 75/0/0 100/0/0 100/0/0 130/0/0				
				01.024	Stolová voda 200/0/0 200/0/0 200/0/0 250/0/0				

Zoznam alergénov: 01 Obilniny obsahujúce lepok
03 Vajcia
04 Ryby
07 Mlieko
08 Orechy
09 Zeler

Zodpovedný(á) vedúci(a) ŠJ:

Helena Kríšpinová

Zodpovedný(á) kuchár(ka):

Mária Rúfusová