

Jedálny lístok

od 26.01.2026 do 30.01.2026

Zriaďovateľ: Mesto Liptovský mikuláš

Deň Dátum	desiata	Číslo MSN	KPM	Alergény	Obed	Číslo MSN	KPM	Alergény	olovrant	Číslo MSN	KPM	Alergény
Pondelok 26.01.2026	Chlieb na desiati A:55/0/0	3.007	☐	01	Polievka slovenská s lahôdkovým syrom tofu A:180/0/0 E:250/0/0	5.155	☐	06,09	Puding kakaový A:210/0/0	21.032	☐	01,07
	Nátierka karfiolová A:20/0/0	2.020	☐	07	Privarok šošovicový so zemiakmi A:140/0/0 E:280/0/0	18.009	☐	07			☐	
	Mandarinky (ovocná obloha) A:20/0/0	23.018	☐		Karbonátok pečený A:60/0/0 E:125/0/0	13.018	☐	01,03,07			☐	
	Čaj multivitamin A:150/0/0	1.005	☐		Chlieb k privarku A:40/0/0 E:100/0/0	3.003	☐	01			☐	
			☐		Čaj mäťový A:150/0/0 E:250/0/0	1.004	☐				☐	
			☐		Cereálna tyčinka 25g A:25/0/0 E:25/0/0	23.001	☐	01			☐	
Utorok 27.01.2026	Chlieb na desiati celozrnný A:55/0/0	3.008	☐	01	Polievka drožárska A:191/11/0 E:264/14/0	5.160	☐	03,07,09	Sladké pečivo lupacka A:60/0/0	03.015	☐	01,07,08
	Nátierka sardinková s dijonskou horčicou A:20/0/0	2.036	☐	04,07,10	Cuketa a šampiňóny na paradajkách s tarhoňou * A:165/0/0 E:325/0/0	14.069	☐	01	Biela káva A:150/0/0	1.002	☐	01,07
	Cibuľa jamá A:10/0/0	2.079	☐		Salát z čínskej kapusty s pórom A:50/0/0 E:95/0/0	24.047	☐				☐	
	Čaj s citrónom A:150/0/0	01.010	☐		Prírodná ovocná šťava 100% A:150/0/0 E:250/0/0	1.030	☐				☐	
			☐				☐				☐	
			☐				☐				☐	
Streda 28.01.2026	Chlieb na desiati A:55/0/0	3.007	☐	01	Polievka tazuľová mliečna A:180/0/0 E:250/0/0	5.016	☐	07	Detstva vyziva A:150/0/0	23.002	☐	
	Nátierka avokádová A:20/0/0	2.007	☐	07	Rybie filé na vidiecky spôsob A:82/42/40 E:175/85/90	10.016	☐	04,07,08			☐	
	Jablká (ovocná obloha) A:20/0/0	23.014	☐		Zemiakové pyré s mrkvou A:130/0/0 E:280/0/0	17.074	☐	07			☐	
	Mlieko polotučné A:150/0/0	1.013	☐	07	Salát jablkový s pomarančom A:60/0/0 E:100/0/0	24.007	☐				☐	
			☐		Voda s citrónovou šťavou A:150/0/0 E:250/0/0	1.032	☐				☐	
			☐				☐				☐	
Štvrtok 29.01.2026	Chlieb na desiati celozrnný A:55/0/0	3.008	☐	01	Polievka írska A:180/15/0 E:250/20/0	5.040	☐	01,07,09	Chlieb na olovrant A:55/0/0	3.009	☐	01
	Nátierka šunková s vajcom A:20/0/0	2.047	☐	03,07	Moravské koláče A:180/0/0 E:350/0/0	15.022	☐	01,03,07	Maslo A:20/0/0	2.006	☐	07
	Uhorky šalátové A:13/0/0	2.088	☐		Mlieko polotučné A:150/0/0 E:250/0/0	1.013	☐	07	Paradajky A:19/0/0	2.085	☐	
	Čaj šípkový A:150/0/0	1.005	☐		Ovocie -deti A:90/0/0 E:250/0/0	22.001	☐		Čaj ovocný, nesladený A:150/0/0	1.008	☐	
			☐				☐				☐	
			☐				☐				☐	
Piatok 30.01.2026	Chlieb na desiati A:55/0/0	3.007	☐	01	Polievka paradajková so zavarkou A:180/0/0 E:250/0/0	5.181	☐	07	Ovocie A:100/0/0	22.011	☐	
	Nátierka medová A:20/0/0	2.031	☐	07	Kuraci rezeň plnený A:86/46/40 E:150/80/70	9.007	☐	03			☐	
	Mlieko polotučné A:150/0/0	1.013	☐	07	Ryža dusená A:110/0/0 E:190/0/0	17.011	☐				☐	
			☐		Kompót miešaný s nálevom A:120/0/0 E:150/0/0	20.010	☐				☐	
			☐		Stolová voda A:200/0/0 E:250/0/0	1.025	☐				☐	
			☐				☐				☐	

Zodpovedný(á) vedúci(a) ŠJ: Helena Krišpínová

Zodpovedný(á) kuchár(ka): Mária Rúfusová

Zoznam alergénov: 01 Obilniny obsahujúce lepok
03 Vajcia
04 Ryby
06 Sója

07 Mlieko
08 Orechy
09 Zeler
10 Horčica