

Jedálny lístok č.: JL101001

11. 1. 2021 - 15. 1. 2021

Základná škola s materskou školou, Ľubovec 35, Bzenov, okres Prešov 082 42

Dátum vystavenia: 11. 1. 2021



I.stupeň / II. stupeň

Vedúci/a:

Hlavný kuchár/ka:

Deň	Desiata	Obed	Olovrant
Pondelok 11. Január	Pečivo tukové 3.011 50g Maslo 2.006 15g Zeleninová obloha - rajčiaky 2.089 19g Čaj ovocný 1.005 150g 1 205,0 kj	Polievka milánska 5.058 180 / 200 / 250g Šišky s džemom 15.041 160 / 220 / 300g Čaj čierny s citrónom 1.010 150 / 200 / 250g 3 058,0 / 3 720,0 / 5 141,0 kj	Chlieb na olovrant 3.009 55g Nátierka mrkvová 2.032 20g Biela káva 1.001 150g 1 365,0 kj
Utorok 12. Január	Chlieb na desiatu 3.007 55g Nátierka šunková pena 2.044 20g Čaj čierny s medom 1.002 150g 1 163,0 kj	Polievka z ovsených vločiek so zeleninou 180 / 200 / 250g mliečna 5.117 104 / 115 / 152g Hovädzie dusené na hrášku 6.043 110 / 140 / 190g 1 414,0 / 1 783,0 / 2 544,0 kj Bulgur 17.046 Stolová voda 1.024	Pečivo tukové 3.011 50g Maslo 2.006 15g Med 2.117 20g Mlieko ochutené (rôzne príchute) 150g 1 718,0 kj 1.021
Streda 13. Január	Vianočka, sladké pečivo 3.015 60g Maslo 2.006 15g Mlieko polotučné 1.013 150g 1 864,0 kj	Polievka šošovicová mliečna so zemiakmi 5.093 180 / 200 / 250g Bravčové stehno na smotane 7.008 126 / 152 / 204g Cestoviny 17.001 120 / 140 / 185g 2 085,0 / 2 701,0 / 3 602,0 kj Stolová voda 1.024	Hrianky s maslom a cesnakom 65g 2.004 1 018,0 kj Čaj jablkový so škoricou 1.032
Štvrtok 14. Január	Anglické chlebíčky 2.001 70g Biela káva 1.001 150g 1 529,0 kj	Polievka zeleninová 5.122 180 / 200 / 250g Cestovina 4.003 13 / 15 / 20g Teľací rezeň prírodný 8.003 67 / 87 / 105g Ryža dusená 17.011 110 / 150 / 190g Kompót broskyňový 20.002 200 / 200 / 250g Voda s ovocným sirupom s 50% ovocnej zložky 2 087,0 / 2 645,0 / 3 569,0 kj a citrónom 1.027	Maslo 2.006 15g Zeleninová obloha - paprika 15g 2.088 150g Čaj čierny s citrónom 1.010 55g 1 261,0 kj Chlieb na olovrant 3.009
Piatok 15. Január	Žemľa 3.014 50g Smotanový syr 2.095 16g Mlieko polotučné 1.013 150g 1 023,0 kj	Polievka cícerová so zeleninou a mäsom 5.158 180 / 200 / 250g Pirohy plnené ovocnou alebo tvarohovou 160 / 205 / 280g náplňou (hlbokozmrazené) 15.037 150 / 200 / 250g 2 118,0 / 2 663,0 / 3 572,0 kj Citronáda 1.054	Chlieb na olovrant 3.009 55g Nátierka drožďová s mrkvou 20g 2.013 150g 1 005,0 kj Čaj ovocný 1.005

1-Obilniny, 2-Kôrovce, 3-Vajcia, 4-Ryby, 5-Arašidy, 6-Sója, 7-Mlieko, 8-Orechy, 9-Zelér, 10-Horčica, 11-Sezám, 12-Siričitany, 13-Vičí bôb, 14-Mäkkýše
Zmena jedálneho lístka je vyhradená. Pri príprave jedál sa nepoužívajú geneticky modifikované potraviny.