

Jedálny lístok



2. Týždeň (7.1. - 13.1.2019)



Pondelok 7.1.2019

- Polievka *Rascová s vajcom (1,3,9)*
- Menu I. **Paradajková omáčka, mäsové guľky (1,3,9)**
Príloha: Knedľa (1,3)
- Menu II. **Zvolenská pečienka (restovaná cibuľka, slaninka a párky), zeleninový šalát (1)**
Príloha: Tarhoňa (1)
- Menu III. **Tvarohový závin, melta (1,7)**
- Menu IV. **Karfiolové kari, kus-kus (7)**



Utorok 8.1.2019

- Polievka *Zemiaková gulášová (1)*
- Menu I. **Škalický kurací rezeň (rezeň v cestíčku z vajec, múky, smotany a vína), uhorka (1,3,7)**
Príloha: Zemiaková kaša (7)
- Menu II. **Držkový paprikáš (1)**
Príloha: Bylinkové halušky (1,3)
- Menu III. **Čokoládový koláč z červenej repy (1,3,7)**
- Menu IV. **Paella so šampiňónmi (fazuľové struky, červená paprika, hrášok)**



Streda 9.1.2019

- Polievka *Krém z červenej šošovice a koreňovej zeleniny (1,9)*
- Menu I. **Kuracie kúsky nakladané v gyros korení, tzatziky (7)**
Prílohy: Ryža/ Hranolky
- Menu II. **Bravčové pečené mäso na rozmaríne, kyslá kapusta**
Príloha: Knedľa (1,3)
- Menu III. **Zemiakové šúľance sypané orechmi (1,3,7,8)**
- Menu IV. **Dusený špenát s volským okom a pečenými zemiakmi (3,7)**



Štvrtok 10.1.2019

- Polievka *Pórková (1,7)*
- Menu I. **Bravčová panenka v omáčke zo štvorfarebného korenia (1,7)**
Príloha: Ryža
- Menu II. **Vyprážené šampiňóny, tatárska omáčka (1,3,7,10)**
Príloha: Varené zemiaky s vňaťou
- Menu III. **Lievance s džemom sypané škoricovým cukrom (1,3,7,12)**
- Menu IV. **Tofu na čínsky spôsob (paprika, pór, mrkva, hlávková kapusta), ryža (6)**



Piatok 11.1.2019

- Polievka *Kyjevské šči (kyslá kapusta, ryža) (1)*
- Menu I. **Mexický guláš (bravčové mäso, hrášok, syr, pretlak) (1,7)**
Príloha: Ryža
- Menu II. **Pečený filet lososa na masle, šošovicový šalát (4,7)**
Príloha: Varené zemiaky s vňaťou
- Menu III. **Domáce buchty s makom (1,7)**
- Menu IV. **Smotanové zemiaky zapečené so zeleninou a syrom (3,7)**



Šéf kuchár odporúča:

- Štvrtok 10.1. Vyprážené šampiňóny, tatárska omáčka
Piatok 11.1. Mexický guláš



menu Výživové hodnoty

- Pondelok: 2243 kJ / 15g bielkovín / 12g tukov / 100g sacharidov
- Utorok: 3357 kJ / 41g bielkovín / 21g tukov / 123g sacharidov
- Streda: 1655 kJ / 22g bielkovín / 24g tukov / 30g sacharidov
- Štvrtok: 2495 kJ / 19g bielkovín / 5g tukov / 125g sacharidov
- Piatok: 2953 kJ / 31g bielkovín / 31g tukov / 83g sacharidov



ALERGÉNY v potravinách

1 OBILNINY obsahujúce lepok
(t.j. pšenica, raž, jačmeň, ovos, špalda, kamut
alebo ich hybridné odrody)



2 KÔROVCE a výrobky z nich



3 VAJCIA a výrobky z nich

4 RYBY a výrobky z nich



5 ARAŠIDY a výrobky z nich

6 SÓJOVÉ BÔBY a výrobky z nich



7 MLIEKO a výrobky z neho, vrátane laktózy

8 ORECHY, ktorými sú mandle, lieskové orechy, vlašské
orechy, kešu, pekanové orechy, para orechy, pistácie,
makadamové orechy a queenslandské orechy a výrobky z nich



9 ZELER a výrobky z neho



10 HORČICA a výrobky z nej



11 SEZAMOVÉ SEMENÁ a výrobky z nich



12 OXID SIRIČITÝ A SIRIČITANY
v koncentráciách vyšších ako 10 mg/kg alebo 10mg/l

13 VLČÍ BÔB a výrobky z neho



14 MÄKKÝŠE a výrobky z nich

