

Názov: Školská jedáleň pri MŠ
Adresa: Maťašovce, Južná 15/540

JEDÁLNY LÍSTOK od 19.06.2023 do 23.06.2023

Strana č.1

Dátum	Desiata	HM	ČN	Obed	HM	ČN	Olovrant	HM	ČN
Pondelok 19.06.2023 4601 / 5973 / 8697 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka fazuľová s jogurtom Biela káva Jablká	55/65/90 20/28/40 150/200/25 100/150/20	3.007 2.016 1.002 22.011	Polievka kapustnica s klobásou a hubam. Granadiersky pohod so syrom Šalát cvikový so zelerom Stobvá voda	180/200/250 170/240/350 55/95/125 200/200/250	3.002 14.007 26.041 1.002	Chlieb na obvrant celozrný Maslo Zeleninová obloha - paprika Detský čaj čierny bez kofeín.	55/65/90 15/20/30 15/19/30 150/200/25	3.010 2.004 2.044 1.004
Utorok 20.06.2023 3569 / 4658 / 6484 (kJ)	Chlieb na desiatu celozrný Nátierka šunková s vajcom Detský čaj čierny bez kofeín. Hrozno	55/65/90 20/28/40 150/200/25 90/150/200	3.008 3.007 1.007 22.004	Polievka sedliacka Losos so šampiňónmi a syrom Zemiakové pyré II. Šalát paradajkový s hráškom Stobvá voda	180/200/250 85/98/139 130/195/295 50/80/90 200/200/250	3.001 10.007 17.000 26.002 1.002	Jogurt ovocný	100/100/10	22.002
Streda 21.06.2023 4368 / 5659 / 8215 (kJ)	Vianočka, sladké pečivo Mlieko pobtučné Broskyne	60/100/150 150/200/25 100/150/20	3.015 1.016 22.007	Polievka mrkvovalá so zemiakmi Kuracie stehná na srbský spôsob Tarhoňa dusená Voda s citrónovou šťavou	180/200/250 116/132/174 110/140/210 150/200/250	3.003 4.002 17.017 1.000	Chlieb na obvrant celozrný Maslo Zeleninová obloha - redkova Čaj ovocný s medom a citrón.	55/65/90 15/20/30 12/18/24 150/200/25	3.010 2.004 2.044 1.014
Štvrtok 22.06.2023 4470 / 5624 / 7955 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka tvarohová s jablkam. Mlieko kakaové Hrušky	55/65/90 20/28/40 150/200/25 100/150/20	3.007 3.009 1.014 22.010	Polievka karfiolová so syrovou lievankou Mäsové guľky v paradajkovej omáčke Zemiaky varené s maslom II. Prírodná ovocná šťava 100%	180/200/250 170/205/275 120/150/250 150/200/250	3.007 16.002 17.004 1.004	Detská výživa Riškóty	150/180/20 20/25/30	22.002 22.007
Piatok 23.06.2023 5392 / 6895 / 10041 (kJ)	Chlieb na desiatu celozrný Nátierka sardinková Detský čaj čierny bez kofeín. Banány	55/65/90 20/28/40 150/200/25 90/200/250	3.008 2.004 1.007 22.011	Polievka fazuľová kyslá so zemiakmi Dukátové buchtičky s vanilkovým krémom. Mlieko polotučné	180/200/250 220/280/380 150/200/250	3.012 16.002 1.012	Chlieb na obvrant Maslo Zeleninová obloha - paradajka Čaj ovocný	55/65/90 15/20/30 19/22/38 150/200/25	3.008 2.004 2.047 1.002
MŠ / Lučupani / 15-18	Vedúci: Mária Galiková			Hlavný kuchár: Terézia Váberová					