

Materská škola Hrable 1, 976 57 Michalová				<b>JEDÁLNY LÍSTOK</b> 6.5.-10.5.2024				vedúca ZŠS: <b>Ivana Veverková</b> hl. kuchárka: <b>Janka Zajaková</b>				
	porcia	al.	Kj	desiata	porcia	al.	Kj	obed	porcia	al.	Kj	olovrant
<b>PONDELOK</b> 3886 Kj	55g 20g 19g 150g	1 4,7 16 128	606 433 16 128	chlieb na desiatu nát. sardinková zel. obloha - paradajka čaj ovocný s medom	180/250 95/240 120/250	7,9 1,3,7 7	367 549 711	Polievka gazdovská kuracia Zapekaná brokolica so syrom zemiaky varené s maslom	160g 200g	7 7	684	cereálne výrobky s mliekom stolová voda
<b>UTOROK</b> 3522 Kj	55g 20g 12g 150g	1 7 22 3	603 223 22 3	pečivo celozrnné nátierka talianska zel. obloha- mrkva čaj ovocný nesladený	180/250 76/129 100/200 35/70	1,7 7 590 7,10	532 399 124	Polievka šošovicová mliečna so zemiakmi Kuracie stehná bez kosti pečené na masle Zeleninové (batátové) hranolky Citrónový dressing	160g 200g	7 7	457	puding stolová voda
<b>STREDA</b>					<b>SVIATOK</b>							
<b>ŠTVRTOK</b> 4100 Kj	55g 20g 150g	1 7 7	606 218 291	chlieb na desiatu nát. tvarohová s medom mlieko polotučné	180/250 85/160 130/295	1,7,9 1,7 7	185 581 633	Polievka karfiolová so zeleninou Kuracie prsia zapekané so syrom a broskyňou zemiakové pyré	130g 200g	7,8 7	658	Ovocný šalát s jogurtom stolová voda
<b>PIATOK</b> 4546 Kj	55g 20g 15g 150g	1 4,7 19 3	606 362 19 3	chlieb na desiatu nát. z tuniaka s mrkvou zeleninová obloha - paprika čaj ovocný nesladený	180/250 180/340 150g	1,9 1,3,7 7	456 2464 400	Polievka kelová s mäsom a zemiakmi Šúľance so strúhankou mlieko plnotučné	100g 200g	7 7	473	jogurt ovocný stolová voda
Pôvod mäsa: Bravčové karé NL, Kuracie stehná BK SK, Kuracie prsia SK, Kuracie stehná s kosťou SK												

ALERGÉNY: 1-Obilniny,2-Kôrovce,3-Vajcia,4-Ryby,5-Arašidy,6-Sója,7-Mlieko,8-Orechy,9-Zelér,10-Horčica,11-Sézam,12-Siričitany,13-Vlčí bôb,14-Mäkkýše.

\*Mlieko a mliečne výrobky "Školského programu" a \*Ovocie a zelenina "Školského programu" Európskej únie s finančnou pomocou Európskej únie.

Pri príprave jedál sa nepoužívajú geneticky modifikované potraviny . Zmena jedálneho lístka vyhradená.

**Pitný režim k hlavnému jedlu podávame stolovú vodu (200ml).**

