

Názov : Materská škola Adresa : Žirany 394	JEDÁLNY LÍSTOK od 12.01.2026 do 16.01.2026	Strana č.1
---	---	------------

Dátum	Desiata	HM	AL	Obed	HM	AL	Olovrant	HM	AL
Pondelok 12.01.2026 4148 / 5495 / 7883 (kJ)	Nátierka z tuniaka Chlieb na desiatu Paradajky Čaj ovocný	20/26/40 55/65/90 19/22/36 150/200/25.	4,7 1	Polievka fazuľová so zeleninou Špenátové halušky so syrovou omáčkou Prírodná ovocná šťava 100% Jablká	180/200/250 200/250/345 150/200/250 75/150/200	1,9 1,3,7	Smotanový syr Pečivo vodové Mlieko polotučné	16/16/32 50/70/100 150/200/25.	7 1 7
Utorok 13.01.2026 4005 / 5381 / 7534 (kJ)	Nátierka vlašská Pečivo vodové Paprika Čaj bylinkový	20/26/40 50/70/100 15/19/30 150/200/25.	3,7,10 1	Polievka karfiolová so zeleninou Rybie filé pečené na masle Zemiaky varené Tatárska omáčka z jogurtu Stolová voda Banány	180/200/250 42/48/85 120/150/250 45/55/80 200/200/250 90/200/250	1,7,9 4,7 7,10	Krupicová kaša Stolová voda	210/270/36. 200/200/25.	1,7
Streda 14.01.2026 4460 / 5560 / 7900 (kJ)	Nátierka tvarohová s mrkvou Chlieb na desiatu celozrnný Uhorky šalátové Detský čaj čierny bez kofeínu .	20/26/40 55/65/90 13/16/24 150/200/25.	7 1	Polievka hŕstková Bravčové stehno na rasci Ryža dusená Šalát paradajkový Ovocný nápoj z prírodného 100% koncent. Krajina pôvodu mäsa: SK	180/200/250 71/87/142 110/150/190 70/100/120 150/200/250	1,9 1	Nátierka karfiolová Chlieb na olovrant Mlieko polotučné	20/26/40 55/65/90 150/200/25.	7 1 7
Štvrtok 15.01.2026 4639 / 6160 / 9082 (kJ)	Nátierka vajcová s pretlakom Pečivo vodové Pór Čaj bylinkový s medom	20/26/40 50/70/100 8/10/16 150/200/25.	3,7 1	Polievka kapustová s paradajkovým pretla. Sekaná pečienka Zemiaky na kyslo Chlieb k prívarku Stolová voda Mandarínky Krajina pôvodu mäsa: SK	180/200/250 50/70/110 190/220/280 40/60/100 200/200/250 96/150/200	1,7 1,3,7 1,7 1	Nátierka droždiová Chlieb na olovrant celozrnný Mlieko polotučné	20/26/40 55/65/90 150/200/25.	3,7 1 7
Piatok 16.01.2026 5319 / 7064 / 9709 (kJ)	Nátierka syrová s cesnakom Pečivo celozrnné Kaleráb skorý Čaj ovocný s medom a citrón. Školské ovocie- hrušky**	20/26/40 50/70/100 12/16/24 150/200/25.	7 1	Polievka gulášová srbská Chlieb k polievke Závin kysnutý s kakaom a kakaovým pudl. Mlieko polotučné Krajina pôvodu mäsa: SK	180/200/250 30/50/70 160/220/330 150/200/250	1 1 1,3,7 7	Nátierka kuracia s uhorkami Chlieb na olovrant Čaj ovocný s medom a citrón.	20/26/40 55/65/90 150/200/25.	3,7,10 1
MŠ / I.stupeň / Dospeli	Vedúci : Košťálová Tatiana			Hlavný kuchár : Andelová Iveta					

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-Viči bôb,14-Mäkkýše

Zmena jedálneho lístka je vyhradená. Pri príprave jedál sa nepoužívajú geneticky modifikované potraviny.Školské mlieko**, školské ovocie a výrobky z ovocia**-Školský program EÚ s finančnou pomocou Európskej únie a