

Názov : Obecný úrad Žirany Adresa : Žirany č. 194, 951 74 Žirany	JEDÁLNY LÍSTOK od 12.10.2026 do 16.10.2026	Strana č.1
---	---	------------

Dátum	Desiata	HM	AL	Obed	HM	AL	Olovrant	HM	AL
Pondelok 12.10.2026 4837 / 6305 / 9056 (kJ)	Nátierka sardinková Chlieb na desiatu Paradajky Čaj ovocný Mlieko školské**	20/26/40 55/65/90 19/22/36 150/200/25.	4,7 1	Polievka hŕstková Nákyp zeleninový so syrom Zemiaky varené Šalát z hlávkovej kapusty s mrkvou Stolová voda Jablká	180/200/250 120/180/260 120/150/250 60/90/120 200/200/250 75/150/200	1,9 1,3,7,9	Nátierka syrová pena Pečivo vodové Mlieko polotučné	20/26/40 50/70/100 150/200/25.	7 1 7
Utorok 13.10.2026 3851 / 4983 / 7095 (kJ)	Nátierka tvarohová so zelenin. Pečivo vodové Paprika Čaj bylinkový Mlieko školské**	30/40/60 50/70/100 15/19/30 150/200/25.	7 1	Polievka pórová s opekaným chlebom Kurací stroganov Ryža dusená Zeleninová obloha – paradajky Ovocný nápoj z prírodného 100% koncent. Krajina pôvodu mäsa: SK	180/200/250 126/152/220 110/150/190 45/60/80 150/200/250	1,7 7,10	Cereálne výrobky s mliekom	160/210/32.	1,5,7,8
Streda 14.10.2026 4224 / 5274 / 7635 (kJ)	Nátierka zo syra tofu so šunk. Chlieb na desiatu celozrnný Cibuľa jarná Detský čaj čierny bez kofeínu . Mlieko školské**	20/23/34 55/65/90 10/12/19 150/200/25.	6,7 1	Polievka kyslá zemiaková s vajíčkom Bravčové stehno pečené s hlávkovou kap. Knedľa kysnutá so žemľou Stolová voda Krajina pôvodu mäsa: SK	180/200/250 106/132/212 100/125/155 200/200/250	1,3,7 1,3,7	Nátierka droždiová s mrkvou Chlieb na olovrant Detský čaj čierny bez kofeínu .	20/26/40 55/65/90 150/200/25.	3,7 1
Štvrtok 15.10.2026 4421 / 6047 / 9074 (kJ)	Nátierka mrkvová Pečivo vodové Uhorky šalátové Čaj bylinkový s medom Mlieko školské*	20/26/40 50/70/100 13/16/24 150/200/25.	3,7 1	Polievka rybacia so zeleninou a zemiakmi Pizza so zeleninou, šunkou a syrom Prírodná ovocná šťava 100% Banány	180/200/250 160/220/360 150/200/250 90/200/250	4,9 1,3,7	Nátierka cibuľová Chlieb na olovrant celozrnný Mlieko polotučné	20/26/40 55/65/90 150/200/25.	3,7 1 7
Piatok 16.10.2026 4810 / 6395 / 8866 (kJ)	Nátierka syrová s red'kovkou Chlieb na desiatu Mrkva Čaj ovocný s medom a citrón. Školské ovocie**	20/26/40 55/65/90 12/16/24 150/200/25.	3,7 1	Polievka gulášová Chlieb k polievke Žemľovka s tvarohom a jablkami Mlieko polotučné Krajina pôvodu mäsa: SK	180/200/250 30/50/70 200/250/360 150/200/250	1,9 1 1,3,7,12 7	Nátierka fazuľová s jogurtom Pečivo celozrnné Stolová voda	20/26/40 50/70/100 200/200/25.	7 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 národných zdrojov