

Dátum	Desiata	HM	AL	Obed	HM	AL	Olovrant	HM	AL
<b>Pondelok</b> <b>31.01.2022</b> 4189 / 5296 / 6276 / 7649 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka liptovská Zeleninová obloha - paprika Mlieko plnotučné	55/65/75/9. 20/26/32/4. 15/19/22/3. 150/200/2.	1 7 7	Boršč zeleninový Hovädzí guláš znojemský Ryža dusená Čaj ovocný Šalát srbský	180/200/22. 114/130/15. 110/150/17. 150/200/20. 60/90/90/13.	1,7,9 1	Pečivo tukové Nátierka z hovädzieho mäsa. Čajovníkový čaj bez kofeínu.	50/70/80/1. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 3,7,10
<b>Utorok</b> <b>01.02.2022</b> 4487 / 5775 / 6577 / 7983 (kJ)	Chlieb na desiatu celozrnný Nátierka vajcová Biela káva	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 3,7,10 7	Polievka hrachová Opekaný chlieb, pečivo Morčacie prsia zapekané so syrom Zemiakové pyré s mrkvou Šalát uhorkový s jogurtom Stolová voda	180/200/22. 7/9/9/12 56/72/88/10. 130/180/23. 50/75/75/11. 200/200/20.	1,7,9 1 1,7 7 7	Žemľa Nátierka z čerstvého syra a. Mlieko plnotučné	50/70/80/1. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7 7
<b>Streda</b> <b>02.02.2022</b> 5387 / 7290 / 8662 / 10893 (kJ)	Pečivo tukové Nátierka z tuniaka Mlieko plnotučné	50/70/80/1. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 4,7 7	Polievka írská Pizza so zeleninou, šunkou a syrom Mlieko plnotučné Banány	180/200/22. 160/220/26. 150/200/20. 90/200/200/.	1,7,9 1,3,7 7	Chlieb na olovrant celozrnn. Nátierka zeleninová zimná Voda s citrónovou šťavou	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 3,7
<b>Štvrtok</b> <b>03.02.2022</b> 4780 / 5831 / 6809 / 8309 (kJ)	Vianočka, sladké pečivo Maslo Mlieko kakaové	60/100/12. 15/20/25/3. 150/200/2.	1,3,7 7 7	Polievka zemiaková s taveným syrom Rybíe filé zapekané s bešamelom Zemiaky varené I. Šalát z čínskej kapusty Čaj ovocný, nesladený	180/200/22. 77/98/117/1. 130/150/20. 50/80/80/11. 150/200/20.	1,7 1,3,4,7	Termizovaný tvarohový dez. Prírodná ovocná šťava 100.	100/100/1. 150/200/2.	7
<b>Piatok</b> <b>04.02.2022</b> 4588 / 5782 / 6754 / 8335 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka syrová s cesnako. Mlieko vanilkové	55/65/75/9. 20/26/32/4. 150/200/2.	1 7 7	Polievka z ovsených vločiek so zelenin. Cestovina bez posýpky Posýpka kakaová na cestoviny Detský čaj čierny bez kofeínu s citróno.	180/200/22. 145/185/21. 23/30/35/40 150/200/20.	1,7,9 1,7 7	Chlieb na olovrant Maslo Zeleninová obloha - uhorka. Čaj ovocný, nesladený	55/65/75/9. 15/20/25/3. 13/16/20/2. 150/200/2.	1 7
MŠ / I.stupeň / II.stupeň / 15-18	Vedúci : Zita Kresáčová			Hlavný kuchár : Katarína Fojtiková					