

Krizový jedálny lístok na 14 dní

<i>Deň</i>	<i>Raňajky</i>	<i>Desiata</i>	<i>Obed</i>	<i>Olovrant</i>	<i>Večera</i>
Deň 1.	2.014 Nátierka džemová 40g, pečivo 80g, čaj	džús 0,2l	5.005 Polievka brokolicová s mrvenicou 250g (1,3) 6.041 Hovädzia pečenka sviečková 202g (1,7,9), 16.001 Cestoviny 185g (1,3), malinovka	ovocie	14.028 Rizoto so zeleninou a syrom 330g, čaj
Deň 2.	2.030 Nátierka maslová so strúhaným syrom 40g (7), chlieb 100g, zelenina, biela káva	džús 0,2l	5.166 Polievka zemiakovo-mrkvový krém 250g (7,9) 7.014 Bravčové stehno na hrášku 164g (1), 16.011 Dusená ryža 190g, malinovka	ovocie	15.019 Knedličky ovocné 280g, 15.001 Kakaová posýpka, čaj
Deň 3.	20.068 Ryžovo-pšenovú kašu s kompótom 180g, 20.009 ovsené vločky s mliekom a ovocím (1,7), 200g, čaj	džús 0,2l	5.122 Polievka zeleninová s niťovkami 250g (1,3,9) 14.059 Zemiaky zapekané so syrom a vajcom 360g (1,3,7), 24.066 Šalát zo surovej zeleniny, malinovka	ovocie	14.005 Fličky s kyslou kapustou 300g (1,3,12), čaj
Deň 4.	2.074 Nátierka z trešče pečene 40g, pečivo 80g, zelenina, čaj	džús 0,2l	5.074 Polievka rajčiaková s mrkvou a lievankou 250g (1,3,7) 9.010 Kurací rezeň prírodný 144g (1), 16.011 Dusená ryža 190g, kompót, malinovka	Ovocná výživa 190g	18.008 Prívarok šošovicový 300g (1,3,7), 16.035 Zemiaky varené 250g, čaj
Deň 5.	2.098 Nátierka paštétová 40g, chlieb 100g, zelenina, biela káva	džús 0,2l	5.079 Polievka rybacia so zeleninou a zemiakmi 250g (4,9) 14.021 Nákyp zeleninový so syrom 260g (1,3,7), 16.020 Zemiaková kaša 320g (7), malinovka	Jogurt	15.051 Rezance s makom a slivkovým lekvárom 330g (1,3), čaj
Deň 6.	20.068 Ryžovo-pšenovú kašu s kompótom 180g, 20.009 ovsené vločky s mliekom a ovocím (1,7), 200g, čaj	džús 0,2l	5.008 Polievka cibuľová so zeleninou 250g (1,7,9) 7.016 Bravčové mäso na šampiňónoch 174g (1), 16.035 Zemiaky varené 250g, malinovka	Puding s piškótami 200g (1,3,7)	14.062 Bryndzové pirohy 240g (1,3,7), čaj
Deň 7.	2.075 Nátierka tuniaková s mrkvou 40g, pečivo 80g, čaj	džús 0,2l	5.007 Polievka cesnaková so zemiakmi 250g (1) 14.099 Zapekané cestoviny so syrom a zeleninou 340g (1,3,7,9), malinovka	Ovocná výživa 190g	14.109 Markova kaša 300g (1,7), 24.001 Kyslá uhorka, čaj

❖ **Potraviny na prípravu pokrmov neobsahujú „Geneticky modifikované suroviny“.**

❖ Číslo 1 – 14 uvedené v zátvorke označuje pokrmy, ktoré obsahujú niektoré z uvedených alergénov -

L. Mašková
vypracovala

I. Pogrányiová
kuchárka

Bc. M. Kerényiová
ved. úseku zdrav.

vid' príloha k jedálnemu lístku.

PaedDr. R. Balážová
riaditeľka

N.Turacová
zástupca klientov

KZJL

<i>Deň</i>	<i>Raňajky</i>	<i>Desiata</i>	<i>Obed</i>	<i>Olovrant</i>	<i>Večera</i>
Deň 8.	2.039 Nátierka syrová pena 40g, chlieb 100g, zelenina, biela káva	džús 0,2l	5.102 Polievka tekvicová 250g (1,7) 9.016 Kuracie prsia na kukurici 144g (1), 16.011 Dusená ryža 190g, malinovka	Croissant	14.006 Granadiersky pochod 350g (1,3), čaj
Deň 9.	20.068 Ryžovo-pšennová kaša s kompótom 180g, 20.009 ovsené vločky s mliekom a ovocím (1,7), 200g, čaj	džús 0,2l	5.013 Polievka cícerová so zeleninou a zemiakmi 250g (1,9) 14.052 Zapekaná brokolica so syrom 240g (1,3,7), 16.020 Zemiaková kaša 320g (7), malinovka	2.003 Cereálie s mliekom 260g	15.072 Bulgur s ovocím 325g (1,3,7), čaj
Deň 10.	2.029 Nátierka maslová s čokoládou 40g, pečivo 80g, čaj	džús 0,2l	5.036 Polievka hrášková so zeleninou a mrvenicou 250g (1,3,9) 6.018 Hovädzie mäso s rajčiakovým pretlakom 142g (1,7), 16.035 Zemiaky varené 250g, malinovka	Puding s piškótami 200g (1,3,7)	14.095 Cestoviny so špenátovou omáčkou 310g (1,3,7), čaj
Deň 11.	2.034 Nátierka sardinková 40g, chlieb 100g, zelenina, biela káva	džús 0,2l	5.069 Polievka pórová so opekaným chlebom 250g (1) 14.117 Rizoto s fazuľou a ajvarom 325g (7), 24.001 Kyslá uhorka, malinovka	Ovocná výživa 190g	15.046 Zemiakové šúľance 280g (1,3), čaj
Deň 12.	20.068 Ryžovo-pšennová kaša s kompótom 180g, 20.009 ovsené vločky s mliekom a ovocím (1,7), 200g, čaj	džús 0,2l	5.049 Polievka kelová 250g (1) 10.016 Rybie filé pečené na masle 69g (4), 16.035 Zemiaky varené 250g, 24.072 Zeleninová obloha – hrášok, mrkva, kukurica, malinovka	2.003 Músi s mliekom 260g	14.002 Cestoviny so syrom a kečupom 300g (1,3), čaj
Deň 13.	2.040 Nátierka syrová s cesnakom 40g, pečivo 80g, zelenina, biela káva	džús 0,2l	5.100 Polievka špenátová so smaženými guľčkami 250g (1,3,7) 9.057 Kuskus so zeleninou a kuracím mäsom 330g, malinovka	Marína keks	18.003 Prívarok fazuľový 240g, 16.035 Zemiaky varené 250g, malinovka
Deň 14.	2.076 Nátierka zeleninová zimná 40g, chlieb 100g, čaj	džús 0,2l	5.036 Polievka hrachová so zeleninou 250g (1,9) 7.021 Bravčové stehno po záhradnícky 169g (1,9), 16.017 Tarhoňa dusená 210g (1,3), malinovka	Puding s piškótami 200g (1,3,7)	15.040 Ryžový kopec s kompótom 360g (7), čaj