

Dátum	Desiata	HM	AL	Obed	HM	AL	Olovrant	HM	AL
Pondelok 04.10.2021 0 / 4850 / 3677 / 0 (kJ)	Cereálne výrobky Mlieko polotučné	60/40 200/150	7	Fazuľový vývar so zeleninou Kuracie prsia na prírodno Omáčka syrová Ryža dusená	300/200/180/150 140/120/80/60 100/80/60/40 200/160/120/90	9 1 7	Pečivo celozrné Nátierka brokolicová Zeleninová obloha - paradajky	50/25 20/10 20/10	1 7
Utorok 05.10.2021 0 / 4706 / 3531 / 0 (kJ)	Buchty pečené s lekvárom	90/70	1,3,7	Boršč zeleninový Rybíe filé teriyaki Ryžové cestoviny Zelenina miešaná na čínsky spôsob	300/200/180/150 140/120/80/60 200/150/120/90 100/80/70/50	9 4,1 7	Šalát zo surovej zel. s jogurt.a syro. Pečivo vodové	150/100 50/25	7 1
Streda 06.10.2021 0 / 4872 / 3813 / 0 (kJ)	Chlieb na desiatu celozrný Maslo Zeleninová obloha - paprika	50/25 16/8 20/10		Zeleninový vývar s cestovinou Bravčové na spôsob sviečkovej Maslové halušky Šalát z červenej kapusty	300/200/180/150 140/120/80/60 200/140/110/90 100/80/70/50	9 7 1,3	Ryžová kaša so škoricom	160/120	7
Štvrtok 07.10.2021 0 / 5013 / 3791 / 0 (kJ)	Jablkový koláč	100/80	3,7	Špenátová krémová polievka Bryndzové halušky Kyslá smotana	300/200/180/150 300/240/200/150 50/40/30/20	7,3,1 1,3,7	Šalát mrkvový s marhuľami Piškóty	150/100 20/10	12 1
Piatok 08.10.2021 0 / 5000 / 3760 / 0 (kJ)	Chlieb na desiatu Maslo Šunka dusená Zeleninová obloha - paradajky	50/25 16/8 10/5 20/10		Polievka zeleninová s mrkvou, karfiolom a hráško. Zeleninový guláš so sójovým mäsom Zemiaková kaša Šalát z hlávkovej kapusty miešaný	300/200/180/150 160/140/120/90 250/180/140/100 100/80/70/50	9 1,6 7	Pečivo celozrné Nátierka vajcová	50/25 20/10	1 3,10,7
VŠ, učni / L.stupeň / MŠ / Jasle	Vedúci : Slavka Pástorová			Hlavný kuchár : Katarína Šimková					