

## Jedálny lístok školskej jedálne Tomašikova 1, Martin

30. týždeň 2020

Materská škola

V zmysle potravinového kódexu, v.č.2319/2007-100  
upozorňujeme na možnosť vyskytu alergenov

Pondelok: 20.07.2020

Desiata: Sučiansky chlieb, nátierka syrová s cesnakom, ovocný nesladený čaj 1, 7 lepok, mlieko

Polievka: Cibuľová so zemiakmi 1, 7 lepok, mlieko

Hlavné jedlo: Bravčové rizoto so zeleninou a strúhaným syrom, uhorkový šalát, čaj 7 mlieko

Olovrant: Ovocný jogurt, cereálie, bylinkový nesladený čaj 1, 7 lepok, mlieko

Utorok: 21.07.2020

Desiata: Rožok, maslo, šunka, zelený šalát, melta 1, 7 lepok, mlieko

Polievka: Hrachová s párkom 1 lepok

Hlavné jedlo: Sviečková na smotane, knedľa kysnutá, krtkov nesladený čaj 1, 3, 7 lepok, vajcia, mlieko

Olovrant: Ovocná výživa, piškóta, detský nesladený čaj 1, 7 lepok, mlieko

Streda: 22.07.2020

Desiata: Koláč, kakao 1, 3, 7 lepok, vajcia, mlieko

Polievka: Z hlávkovej kapusty so zemiakmi 1 lepok

Hlavné jedlo: Pečené kuracie stehná, ryža dusená, kompót, ovocný nesladený čaj

Olovrant: Obložený chlebík so zeleninou, detský nesladený čaj 1, 7 lepok, mlieko

Štvrtok: 23.07.2020

Desiata: Pšenično-ražný chlieb, nátierka džemová, mlieko 1, 7 lepok, mlieko

Polievka: Paradajková s drobnou cestovinou 1, 3 lepok, vajcia

Hlavné jedlo: Hovädzie mäso na slanine a horčiči, slovenská ryža, bylinkový nesl. čaj 1, 10 lepok, horčiča

Olovrant: Knuspi chlebík, nátierka Pepek námorník (špenátová), ovocný nesl. čaj 1, 3, 7 lepok, vajcia, mlieko

Piatok: 24.07.2020

Desiata: Konzumný chlieb, nátierka rybacia, detský čaj na imunitu 1, 4, 7 lepok, ryby, mlieko

Polievka: Fazuľová kyslá so zemiakmi 1, 7 lepok, mlieko

Hlavné jedlo: Mäsová zmes na rezančeky, opekané zemiaky, zeleninová obloha, čaj 1 lepok

Olovrant: Pizza koláč, bylinkový nesladený čaj 1, 3, 7 lepok, vajcia, mlieko

tel. K obedu je vždy nápoj. Nápoje sú so zvýšeným obsahom vitamínu C

+421 940 748 268 a bielkovín, vhodné pre školské stravovanie.

K polievke je vždy chlieb, podľa chuti a potreby stravníka

Hlavní kuchári: Anna Vantúchová, Milan Bielik

Vedúci škol. jedálne: Tomáš Jedinák

**Alergény , ktoré sa môžu vyskytovať v jedle sú povinne vyznačené číslom**

- 1.- obilie obsahujúce lepok (t.j. pšenica,raž, ovos,  
jačmeň,špalda, kamut a vyšľachtené odrody z nich)
- 2.- kôrovce a výrobky z kôrovcov
- 3.- vajcia a výrobky z vajec
- 4.- ryby a výrobky z rýb
5. -arašidy a výrobky z nich
- 6.- sója a výrobky zo sóje
- 7.- mlieko a výrobky z mlieka vrátane laktózy
- M - modifikovaný škrob
  
- 8.- orechy, mandle, lieskovce,vlašské,kešu,pekanové,  
brazílske, pistácie, makadamské a queenslandské orechy
- 9.- zeler a výrobky zo zeleru
- 10.- horčica a výrobky z horčice
- 11.- sezamové semená a výrobky z nich
- 12.- oxid siričitý a siričitany v koncentráciach vyšších  
10mg/l vyjadrenej ako SO<sub>2</sub>
- 13.- Vlčí bôb a výrobky z neho
- 14.- Mäkkýše a výrobky z nich