

Názov : Základná škola Štitník  
Adresa : ul. Školská 295

JEDÁLNY LÍSTOK od 23.09.2013 do 27.09.2013

Dátum	Desiata	HM	AL	Obed	HM	AL	Olovrant	HM	AL
<b>Pondelok</b> 23.09.2013 4584 / 5764 / 6875 / 8371 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka z tuniaka so syro.. Čaj čierny s citrónom	55/65/75/9.. <sup>1</sup> 20/26/32/4.. <sup>2,4</sup> 200/200/2..		Polievka z miešaných strukovín so .. Pizza šunková hlbokozmrazená Čaj ovocný Chlieb k polievke	180/200/220/.. 130/170/220/.. 200/200/200/.. 30/50/50/70	1,9 1 1	Chlieb na olovrant Nátierka talianska Čaj zelený	55/65/75/9.. 20/26/32/4.. 200/200/2..	
<b>Utorok</b> 24.09.2013 4395 / 5021 / 5618 / 6743 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka tvarohová s vajco.. Čaj čierny so sirupom	55/65/75/9.. <sup>1</sup> 20/26/32/4.. <sup>7,3</sup> 200/200/2..		Polievka rascová s vajcom Bravčová roláda na pražský spôso.. Ryža dusená Kompót miešaný I.	180/200/220/.. 86/102/120/.. 110/150/170/.. 100/130/130/..	5,3 1,3 12	Puding kakaový Piškóty	210/150/1.. 20/25/25/3..	7 1
<b>Streda</b> 25.09.2013 4130 / 5141 / 6156 / 7912 (kJ)	Hrianky s maslom a cesna.. Čaj ovocný	65/85/100/.. <sup>1</sup> 200/200/2..		Polievka karfiolová so zeleninou Kuracie stehná na kyslej kapuste Zemiaky varené	180/200/220/.. 142/195/220/.. 120/150/200/..	1,5 7	Chlieb na olovrant Maslo Ovocná šťava	55/65/75/9.. <sup>1</sup> 15/20/25/4.. 200/200/2..	
<b>Štvrtok</b> 26.09.2013 4659 / 5528 / 6324 / 7489 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka džemová Školské mlieko	55/65/75/9.. <sup>1</sup> 20/26/32/4.. 250/250/2.. <sup>7</sup>		Hovädzie mäso varené Omáčka kôprová Knedľa kysnutá Čaj zelený	34/40/46/52 110/120/130/.. 80/90/120/15.. 200/200/200/..	1,7 1,3,7	Chlieb na olovrant Nátierka mrkvová Čaj ovocný	55/65/75/9.. <sup>1</sup> 20/26/32/4.. <sup>3,7</sup> 200/200/2..	
<b>Piatok</b> 27.09.2013 3861 / 4780 / 5741 / 7109 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka maslová so strúha.. Čaj ovocný so sirupom	55/65/75/9.. <sup>1</sup> 20/26/32/4.. <sup>7</sup> 200/200/2..		Polievka z fazuľkových strukov Špagety so syrom a kečupom	180/200/220/.. 200/250/300/..	7,1 1,7	Cereálne výrobky s mlieko..	160/210/2.. <sup>7</sup>	

MŠ / I.stupeň / II.stupeň / 15-18

Vedúci : Rogosová Viera

Hlavný kuchár : Poradská Dana

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-Vlčí bôb,14-Mäkkýše  
Zmena jedálneho lístka je vhradená. Pri príbrave iedá sa nepoužívajú geneticky modifikované potraviny.