

Názov : Základná škola Štitník
Adresa : ul. Školská 295

JEDÁLNY LÍSTOK od 10.03.2014 do 14.03.2014

Dátum	Desiata	HM	AL	Obed	HM	AL	Olovrant	HM	AL
Pondelok 10.03.2014 2832 / 4385 / 5732 / 6645 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka vajcová Čaj ovocný	55/65/75/9.. ¹ 20/26/32/4.. ^{3,10,7} 200/200/2..		Polievka z miešaných strukovín so .. Treska so šunkou, syrom a brokoli.. Zemiaky varené II. Kyslá uhorka Čaj bazový	180/200/220/.. ^{1,9} 0/85/155/155 120/150/200/.. 50/70/70/100 0/200/200/25..		Cereálne výrobky s mlieko..	160/210/2.. ⁷	
Utorok 11.03.2014 5037 / 6057 / 6980 / 8673 (kJ)	Chlieb na desiatu Maslo Mlieko s kávovinovou zme..	55/65/75/9.. ¹ 15/20/25/4.. 200/200/2.. ⁷		Polievka zemiaková so zeleninou Bravčové stehno pečené Knedľa kysnutá Kapusta hlávková dusená Čaj ovocný	180/200/220/.. ⁹ 68/84/110/13.. 80/90/120/15.. 110/130/160/.. 200/200/200/.. ^{1,3,7}		Chlieb na olovrant Nátierka karfiolová Čaj ovocný s medom	55/65/75/9.. ¹ 20/26/32/4.. ⁷ 200/200/2..	
Streda 12.03.2014 4913 / 6136 / 7100 / 8704 (kJ)	Hrianky s maslom a cesna..	65/85/100/.. ¹		Polievka karfiolová so syrovou liev.. Nákyp ryžový s kompótom Školské ovocie - ovocná šťava	180/200/220/.. ^{1,7,9} 2/10/260/300/.. 200/200/200/.. ^{3,7,12}		Chlieb na desiatu Nátierka z tuniaka Čaj čierny s citrónom	55/65/75/9.. ¹ 19/26/32/4.. ⁴ 200/200/2..	
Štvrtok 13.03.2014 3701 / 4389 / 5160 / 6094 (kJ)	Pečivo tukové Školské mlieko	50/70/80/1.. ¹ 250/250/2.. ⁷		Polievka kuracia Kuracie stehná na srbský spôsob Cestoviny Čaj čierny so sirupom	189/213/233/.. ⁹ 116/132/148/.. 120/140/165/.. 200/200/200/.. ¹		Chlieb na olovrant Nátierka syrová pena Čaj ovocný	55/65/75/9.. ¹ 20/26/32/4.. ⁷ 200/200/2..	
Piatok 14.03.2014 4848 / 6247 / 7404 / 9302 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka tvarohová Čaj čierny	55/65/75/9.. ¹ 20/26/32/4.. ⁷ 200/200/2..		Polievka paradajková so syrom a o.. Bravčové stehno dusené na paprik.. Zemiaky na kyslo Chlieb k prívarku Čaj zelený	180/200/220/.. ^{1,7} 66/82/103/11.. 190/220/260/.. 40/60/80/100 200/200/200/.. ¹		Pečivo vodové Maslo Mlieko	50/70/80/1.. ¹ 15/20/25/4.. 150/200/2.. ⁷	

MŠ / Lstupeň / 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 vyhradená. Pri príprave jedál sa nepoužívajú geneticky modifikované potraviny.