

| Názov : ŠJ pri MŠ Hranovnica<br>Adresa : Hviezdoslavova 325/33  |                                                                                  |                            | <b>JEDÁLNY LÍSTOK od 19.01.2026 do 23.01.2026</b> |                                                                                                                                                                                 |                                                   |                                             | Strana č.1                                                                      |                           |                         |
|-----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|
| Dátum                                                           | Desiata                                                                          | HM                         | ČN                                                | Obed                                                                                                                                                                            | HM                                                | ČN                                          | Olovrant                                                                        | HM                        | ČN                      |
| <b>Pondelok</b><br><b>19.01.2026</b><br><b>4550 / 8249 (kJ)</b> | Pečivo celozrnné<br>Nátierka syrová s cesnakom<br>Čaj ovocný                     | 50/100<br>20/40<br>150/250 | 3.013<br>2.040<br>1.005                           | Polievka rybacia so zeleninou a zemiak.<br>Fliačky s hlávkovou kapustou<br>Čaj ovocný                                                                                           | 180/250<br>220/320<br>150/250                     | 5.079<br>14.040<br>1.005                    | Chlieb na olovrant celozrnný<br>Nátierka maslová s čokolád.<br>Mlieko plnotučné | 55/90<br>20/40<br>150/250 | 3.010<br>2.029<br>1.014 |
| <b>Utorok</b><br><b>20.01.2026</b><br><b>3847 / 7229 (kJ)</b>   | Chlieb na desiatu celozrnný<br>Nátierka vajcová<br>Detský čaj čierny bez kofeín. | 55/90<br>20/40<br>150/250  | 3.008<br>2.059<br>1.006                           | Polievka cicerová so zeleninou a zemia.<br>Kurací paprikáš<br>Halušky<br>Detský čaj čierny bez kofeínu s medom .                                                                | 180/250<br>116/192<br>120/220<br>150/250          | 5.013<br>9.004<br>17.002<br>1.006           | Cereálne výrobky<br>Mlieko plnotučné                                            | 25/50<br>150/250          | 2.002<br>1.014          |
| <b>Streda</b><br><b>21.01.2026</b><br><b>4623 / 7771 (kJ)</b>   | Krupicová kaša<br>Čaj ovocný                                                     | 210/360<br>150/250         | 21.018<br>1.005                                   | Polievka z fazuľových strukov kyslá<br>Tatárske azu<br>Ryža dusená<br>Ovocno - zeleninový nápoj z prírodného.                                                                   | 180/250<br>88/161<br>110/190<br>150/250           | 5.103<br>6.075<br>17.011<br>1.027           | Chlieb na olovrant celozrnný<br>Nátierka sardinková<br>Čaj jahoda & ginko       | 55/90<br>20/40<br>150/250 | 3.010<br>2.034<br>1.005 |
| <b>Štvrtok</b><br><b>22.01.2026</b><br><b>5038 / 10066 (kJ)</b> | Vianočka, sladké pečivo<br>Maslo<br>Mlieko kakaové plnotučné                     | 60/150<br>20/35<br>150/250 | 3.015<br>2.006<br>1.012                           | Polievka karfiolová so syrovou lievanko.<br>Bravčové stehno na šampiňónoch<br>Zemiakové pyré I.<br>Šalát z hlávkovej kapusty miešaný<br>Ovocno - zeleninový nápoj z prírodného. | 180/250<br>86/192<br>130/295<br>40/100<br>150/250 | 5.047<br>7.016<br>17.019<br>24.050<br>1.027 | Chlieb na olovrant celozrnný<br>Nátierka tvarohová s cesnak.<br>Čaj ovocný      | 55/90<br>20/40<br>150/250 | 3.010<br>2.049<br>1.005 |
| <b>Piatok</b><br><b>23.01.2026</b><br><b>4368 / 8074 (kJ)</b>   | Chlieb na desiatu celozrnný<br>Nátierka vlašská<br>Čaj šípkový                   | 55/90<br>20/40<br>150/250  | 3.008<br>2.062<br>1.005                           | Polievka gulášová<br>Cestoviny bez posýpky<br>Posýpka tvarohová na cestoviny<br>Mlieko plnotučné                                                                                | 180/250<br>145/270<br>65/125<br>150/250           | 5.025<br>15.006<br>16.003<br>1.014          | Croisant<br>Čaj šípkový                                                         | 50/100<br>150/250         | 3.014<br>1.005          |
| MŠ / Dospeli                                                    | Vedúci : <b>Alena Vallušová</b> Hlavný kuchár : <b>Zuzana Rusnačková</b>         |                            |                                                   |                                                                                                                                                                                 |                                                   |                                             |                                                                                 |                           |                         |

ALERGÉNY: 1-Obilniny,2-Kôrovce,3-Vajcia,4-Ryby,5-Arašidy,6-Sója,7-Mlieko,8-Orechy,9-Zeľer,10-Horčica,11-Sézam,12-Siričitany,13-Vičí bób,14-Mäkkýše  
 Zmena jedálneho lístka je vyhradená. Pri príprave jedál sa nepoužívajú geneticky modifikované potraviny. \* Mlieko a mliečne výrobky "Školského programu" EU s finančnou pomocou EU.Krajina pôvodu mäsa EU