

Názov : ŠJ pri MŠ Hranovnica Adresa : Hviezdoslavova 325/33			JEDÁLNY LÍSTOK od 12.10.2026 do 16.10.2026				Strana č.1		
Dátum	Desiata	HM	ČN	Obed	HM	ČN	Olovrant	HM	ČN
Pondelok 12.10.2026 4759 / 8953 (kJ)	Pečivo celozrnné Nátierka z tuniaka so syrom Čaj ovocný	50/100 20/40 150/250	3.013 2.070 1.005	Polievka ragú Granadiersky pochod so syrom Šalát zo sterilizovanej cvikly Čaj ovocný Ovocie	180/250 170/350 50/100 150/250 75/200	5.073 14.007 24.065 1.005 22.007	Chlieb na olovrant celozrnný Nátierka maslová s čokolád. Mlieko plnotučné Ovocie	55/90 20/40 150/250 20/34	3.010 2.029 1.014 23.014
Utorok 13.10.2026 3180 / 5908 (kJ)	Chlieb na desiatu celozrnný Nátierka šunková s vajcom Čaj šípkový Uhorky šalátové	55/90 20/40 150/250 13/24	3.008 2.047 1.005 2.088	Polievka rascová s vajcom Hovädzie mäso dusené v keli Zemiaky varené Čaj šípkový	180/250 130/280 120/250 150/250	5.075 6.047 17.032 1.005	Cereálne výrobky Mlieko plnotučné	25/50 150/250	2.002 1.014
Streda 14.10.2026 5059 / 8250 (kJ)	Ryžová kaša Detský čaj čierny bez kofeín.	160/220 150/250	21.036 1.006	Polievka paradajková Bravčové stehno na rasci Tarhoňa dusená Šalát z čínskej kapusty Prírodná ovocná šťava 100% Cereálna tyčinka 40g	180/250 71/142 110/210 50/110 150/250 40/40	5.065 7.015 17.017 24.043 1.030 23.020	Chlieb na olovrant celozrnný Nátierka tvarohová s jablka. Detský čaj čierny bez kofeín.	55/90 20/40 150/250	3.010 2.050 1.006
Štvrtok 15.10.2026 4835 / 9005 (kJ)	Osie hniezdo Mlieko kakaové plnotučné	60/150 150/250	3.015 1.012	Polievka cesnaková so zemiakmi Kuracie stehná pečené na masle Ryža dusená Kompót broskyňový Voda s pomarančovou šťavou	180/250 125/220 110/190 100/150 150/250	5.007 9.028 17.011 20.002 1.033	Chlieb na olovrant celozrnný Nátierka vajcová Čaj jablko & echinacea Paprika	55/90 20/40 150/250 15/30	3.010 2.059 1.005 2.084
Piatok 16.10.2026 4471 / 7575 (kJ)	Chlieb na desiatu celozrnný Nátierka vlašská Čaj divoká višňa Ovocie	55/90 20/40 150/250 20/34	3.008 2.062 1.005 23.014	Polievka cícerová so zeleninou a mäso. Cestoviny bez posýpky Posýpka tvarohová na cestoviny Mlieko plnotučné	191/265 145/270 65/125 150/250	5.153 15.006 16.003 1.014	Jogurt ovocný Čaj višňa	100/100 150/250	23.005 1.005
MŠ / Dospelí	Vedúci : Alena Vallušová			Hlavný kuchár : Zuzana Rusnačková					

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-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