

# JEDÁLNY LÍSTOK

| Dátum     | Desiata                                                         | Hmotnosť             | Obed                                                                                                                | Hmotnosť                             | Olovrant                                        | Hmotnosť           | Alergény                                                                                                                                                             |
|-----------|-----------------------------------------------------------------|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|-------------------------------------------------|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 9.6.2025  | chlieb, nátierka<br>z trešče pečené 1,4,7<br>čaj mäta           | 55+20<br><br>0,15    | Pol.z miešaných strukovín 1,9<br>Pečené buchty s lekvárom 1,3,7<br>mlieko 7, ovocie                                 | 0,18-0,25<br>160-280<br>0,15-0,25    | ovocný šalát jogurtom<br>a ovs.vločkami 1,7,12  | 90 g               | 1. <b>Obilniny</b> obsahujúce lepok<br>a výrobky z nich<br>2. - <b>Kôrovce</b> a výrobky z nich<br>3. - <b>Vajcia</b> a výrobky z nich                               |
|           | 2.071, 1.005                                                    |                      | 5.113, 15.002, 1.014                                                                                                |                                      | 21.026                                          |                    |                                                                                                                                                                      |
| 10.6.2025 | chlieb, nátierka<br>tvarohová so zeleninou<br>1,3,7, kakao 7    | 55+20<br><br>0,15    | Pol.benátska 1,7<br>Rybíe filé zapek. so syrom a jablkami<br>4,7, zem.kaša 7, šalát s kiwi, nápoj                   | 0,18-0,25<br>42-85,130<br>295,60-115 | rožok, nátierka<br>syrová pena 1,7<br>čaj ginko | 1/2+20<br><br>0,15 | 4. - <b>Ryby</b> a výrobky z nich<br>5. - <b>Arašidy</b> a výrobky z nich<br>6. - <b>Sója</b> a výrobky z nej<br>7. - <b>Mlieko</b> a výrobky z neho                 |
|           | 2.058, 1.012                                                    |                      | 5.141, 10.020, 17.020, 24.086                                                                                       |                                      | 2.039, 1.005                                    |                    |                                                                                                                                                                      |
| 11.6.2025 | chlieb, nátierka<br>mrkvová 1,3,7<br>čaj ovocný s medom         | 55+20<br><br>0,15    | Pol.z kyslej kapusty so zemiakmi 1,7<br>Bulgurový pilaf s bravčovým mäsom<br>a zeleninou 1,6, šalát uhorkový, nápoj | 0,18-0,25<br>180-410<br>60-120       | cereálne vepy<br>s mliekom 1,7                  | 130 g              | 8. - <b>Orechy</b> a výrobky z nich<br>9. - <b>Zeler</b> a výrobky z neho<br>10. - <b>Horčica</b> a výrobky z nej<br>11. - <b>Sezam (semená)</b><br>a výrobky z neho |
|           | 2.032, 1.007                                                    |                      | 5.111, 7.044, 24.036                                                                                                |                                      | 2.003                                           |                    |                                                                                                                                                                      |
| 12.6.2025 | chlieb ľanový, nátierka<br>brokolicová 1,3,7<br>mliečny nápoj 7 | 55+20<br><br>0,15    | Pol.krupicová s vajcom 1,3,7,9<br>Mäsové guľky v paradajkovej omáčke<br>1,3, zemiaky, ovocie, nápoj                 | 0,18-0,25<br>60-115<br>120-250       | žemľa, nátierkové<br>maslo 1,7<br>čaj ostružina | 1/2+20<br><br>0,15 | 12. - <b>Siričitany</b><br>13. - <b>Vlčí bob</b> a výrobky z neho<br>14. - <b>Mäkkýše</b> a výrobky z nich                                                           |
|           | 2.021, 1.021                                                    |                      | 5.053, 13.033, 17.034                                                                                               |                                      | 2.006, 1.005                                    |                    |                                                                                                                                                                      |
| 13.6.2025 | chlieb, nátierka<br>bryndzová pena 1,7<br>kávia, granko 7       | 55+20+10<br><br>0,15 | Pol.zemiaková so šampiňónmi 1,7<br>Hovädzí guláš mexický 1,7,<br>ovocie, nápoj                                      | 0,18-0,25<br>214-369                 | ovocie                                          | 200 g              |                                                                                                                                                                      |
|           | 2.135, 1.021                                                    |                      | 5.130, 6.009                                                                                                        |                                      | 22.001                                          |                    |                                                                                                                                                                      |

**Vedúca ZŠS**  
Vladimíra Benčová

Zmeny na jedálnom lístku sú vyhradené !

**Hlavná kuchárka**  
Alžbeta Chutňáková

