Názov : **Školská jedáleň pri MŠ** Adresa : **J. Hanulu 6, 052 01 Spišská Nová Ves**	**JEDÁLNY LÍSTOK od 12.10.2026 do 16.10.2026**	**Strana č.1**

Dátum	Desiata	HM	AL	Obed	HM	AL	Olovrant	HM	AL
Pondelok **12.10.2026** **3284 / 6492 (kJ)**	Chlieb na desiatu Nátierka vajcová Detský čaj čierny bez kofeí.	55 20 150	1 3,7,10	Polievka z ovsených vločiek so zelenin. Rybie filé pečené na masle Zemiakové pyré Čaj ovocný, nesladený Šalát z kyslej kapusty s jablkami	180/250 42/85 130/295 150/250 55/110	1,7,9 4,7 7	Chlieb na olovrant celozrnn. Nátierka z mozzarelly s par. Čaj bylinkový	55 20 150	1 7
Utorok **13.10.2026** **5144 / 9587 (kJ)**	Žemle Nátierka z tuniaka so syrom Čaj ovocný	50 20 150	1 4,7	Polievka fazuľová s mäsom a zelenino. Strapačky so syrokrémom Mlieko plnotučné ŠM/polotučné Banány	180/250 180/340 1200/250 90/250	1,9 1,3,7 7	Chlieb na olovrant Nátierka kuracia s pórom Čaj ovocný, nesladený	55 20 150	1 3,7
Streda **14.10.2026** **4139 / 7539 (kJ)**	Chlieb na desiatu Nátierka liptovská Mlieko plnotučné ŠM	55 20 200	1 7 7	Polievka tekvicovo-mrkvová so zázvoro. Francúzske zemiaky * Šalát cviklový so zelerom	180/250 200/350 55/125	7 3,7 9	Krém jogurtový s tvarohom .	130	7
Štvrtok **15.10.2026** **4023 / 7635 (kJ)**	Cereálne výrobky s mlieko.	210	1,5,7,8	Polievka kelová Bravčové stehno bratislavské Cestoviny Detský čaj čierny bez kofeínu s medom.	180/250 136/232 120/185 150/250	1,7 1,7,9 1	Anglické chlebíčky Detský čaj čierny bez kofeí.	70 150	1,3,7
Piatok **16.10.2026** **5036 / 11995 (kJ)**	Vianočka Maslo Mlieko plnotučné ŠM	60 20 200	1,3,7 7 7	Polievka cícerová so zeleninou a mäso. Karfiol zapekaný Karfiol vyprážaný Zemiaky varené s maslom Šalát uhorkový Jablká	191/265 120 200 120/250 60/120 75/200	9 1,3,7 1,3,7 7	Pečivo celozrnné Nátierka z pečeného lososa Čaj ovocný, nesladený	50 20 150	1 4,7
MŠ / Dospelí	Vedúci : **Mgr.Alžbeta Kurucová**				Hlavný kuchár : **Viera Blašková**				

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.