

|                                                   |                                                   |            |
|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------|------------|
| Názov : Školská jedáleň pri MŠ Jamník<br>Adresa : | <b>JEDÁLNY LÍSTOK od 15.12.2025 do 19.12.2025</b> | Strana č.1 |
|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------|------------|

| Dátum                                             | Desiata                                                         | HM                    | AL          | Obed                                                                                                                                 | HM                       | AL                | Olovrant                                                       | HM                    | AL        |
|---------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-----------------------|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|-------------------|----------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------|
| <b>Pondelok</b><br><b>15.12.2025</b><br>4635 (kJ) | Chlieb na desiatu celozrnný<br>Maslo<br>Šunka<br>Čaj ovocný     | 55<br>20<br>10<br>150 | 1<br>7      | Polievka z hlávkovej kapusty s mäsom a z.<br>Nákyp tvarohový s marhuľovou omáčkou<br>Stolová voda                                    | 191<br>180<br>200        | 1<br>1,3,7        | Anglické chlebičky<br>Čaj ovocný                               | 70<br>150             | 1,3,7     |
| <b>Utorok</b><br><b>16.12.2025</b><br>4428 (kJ)   | Pečivo celozrnné<br>Maslo<br>Mlieko polotučné                   | 50<br>20<br>150       | 1<br>7<br>7 | Polievka paradajková<br>Kurací rezeň na šampiňónoch<br>Zemiaky varené s maslom I.<br>Čaj ovocný<br>Krajina pôvodu mäsa: SK           | 180<br>96<br>120<br>150  | 1,7<br>1,7<br>7   | Chlieb na olovrant celozrnný<br>Nátierka kuracia<br>Čaj ovocný | 55<br>20<br>150       | 1<br>7,10 |
| <b>Streda</b><br><b>17.12.2025</b><br>3759 (kJ)   | Žemle<br>Nátierka budapeštianska<br>Čaj ovocný                  | 50<br>20<br>150       | 1<br>7,10   | Polievka zemiaková so syrom<br>Koložvárska kapusta *<br>Chlieb k prívarku celozrnný<br>Čaj ovocný<br>Krajina pôvodu mäsa: SK         | 180<br>135<br>40<br>150  | 1,7,9<br>1,7<br>1 | Cereálne výrobky s mliekom                                     | 160                   | 1,5,7,8   |
| <b>Štvrtok</b><br><b>18.12.2025</b><br>4493 (kJ)  | Vianočka, sladké pečivo<br>Mlieko polotučné                     | 60<br>150             | 1,3,7<br>7  | Polievka kuracia<br>Bravčové stehno na zelenine<br>Ryža dusená<br>Ovocný nápoj z prírodného 100% koncent.<br>Krajina pôvodu mäsa: SK | 180<br>116<br>110<br>150 | 9<br>1,7,9        | Chlieb na olovrant celozrnný<br>Maslo<br>Paprika<br>Čaj ovocný | 55<br>20<br>15<br>150 | 1<br>7    |
| <b>Piatok</b><br><b>19.12.2025</b><br>4378 (kJ)   | Chlieb na desiatu celozrnný<br>Nátierka z tuniaka<br>Čaj ovocný | 55<br>20<br>150       | 1<br>4,7    | Polievka z miešaných strukovín mliečna<br>Špagety so syrom a kečupom<br>Čaj ovocný                                                   | 180<br>200<br>150        | 1,7<br>1,7        | Jogurt ovocný<br>Pečivo vodové                                 | 100<br>50             | 7<br>1    |
| MŠ                                                | Vedúci : <b>Lorincová Petronela</b>                             |                       |             | Hlavný kuchár : <b>Repková Ľudmila</b>                                                                                               |                          |                   |                                                                |                       |           |

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 bôb,14-Mäkkýše

15 Mlieko a mliečne výrobky/Ovocie a zelenina „Školského programu“ Európskej únie s finančnou pomocou Európskej únie. Zmena jedálneho lístka vyhradená.Pri príprave sa sa nepoužívajú geneticky