

Názov : Školská jedáleň pri MŠ Jamník Adresa :	JEDÁLNY LÍSTOK od 05.10.2026 do 09.10.2026	Strana č.1
---	---	------------

Dátum	Desiata	HM	AL	Obed	HM	AL	Olovrant	HM	AL
Pondelok 05.10.2026 3810 (kJ)	Chlieb na desiatu celozrnný Nátierka vajcová Čaj ovocný	55 20 150	1 3,7,10	Polievka rybacia so zeleninou a zemiakmi Dukátové buchtičky s vanilkovým pudingo. Stolová voda	180 220 200	4,9 1,3,7	Banány (ovocná obloha) Hruška (ovocná obloha) Jablká (ovocná obloha) Hrozno (ovocná obloha)	20 20 20 20	
Utorok 06.10.2026 4983 (kJ)	Žemle Maslo Uhorky šalátové Čaj ovocný	50 20 13 150	1 7	Polievka zo zeleného hrášku Kuracie prsia v jogurte Zemiaky varené s maslom Kompót miešaný s nálevom Čaj ovocný Krajina pôvodu mäsa: SK	180 80 120 120 150	1,7 1,7 7	Chlieb na olovrant celozrnný Nátierka medová Mlieko polotučné	55 20 150	1 7 7
Streda 07.10.2026 5325 (kJ)	Pečivo celozrnné Nátierka maslová so strúhaným. Paprika Čaj ovocný	50 20 15 150	1 7	Polievka cibuľová so zemiakmi Bravčové stehno s paprikou a paradajkam. Ryža dusená Voda s citrónovou šťavou Krajina pôvodu mäsa: SK	180 86 110 150	1,7 1	Koláč krehký tvarohový Mlieko polotučné	110 150	1,3,7 7
Štvrtok 08.10.2026 4289 (kJ)	Vianočka, sladké pečivo Mlieko vanilkové	60 150	1,3,7 7	Polievka paradajková Karbonátok s ovsenými vločkami Zemiakové pyré Šalát zo surovej zeleniny Ovocný nápoj z prírodného 100% koncent. Krajina pôvodu mäsa: SK	180 60 130 55 150	1,7 1,3,7 7	Chlieb na olovrant celozrnný Nátierka vlašská Paradajky Čaj ovocný	55 20 19 150	1 3,7,10
Piatok 09.10.2026 4498 (kJ)	Chlieb na desiatu celozrnný Nátierka z tuniaka Čaj ovocný	55 20 150	1 4,7	Polievka šošovicová s párkom * Cestoviny bez posýpky Posýpka tvarohová na cestoviny Mlieko polotučné	189 145 65 150	1,7,9 1,3,7 7 7	Chlieb na olovrant celozrnný Smotanový syr Čaj ovocný	55 16 150	1 7
MŠ	Vedúci : Lorincová Petronela			Hlavný kuchár : Repková Ľudmila					

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-Viči 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