

|                                                               |                                                   |            |
|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|------------|
| Názov : ŠJ pri ZŠ s MŠ<br>Adresa : Kalnica 385, 91637 Kalnica | <b>JEDÁLNY LÍSTOK od 16.03.2026 do 20.03.2026</b> | Strana č.1 |
|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|------------|

| Dátum                                                           | Desiata                                                               | HM                                  | AL     | Obed                                                                                                            | HM                                                                   | AL             | Olovrant                                                                       | HM                                             | AL  |
|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|----------------|--------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-----|
| <b>Pondelok</b><br><b>16.03.2026</b><br>3863 / 5179 / 7392 (kJ) | Hrianky s maslom a cesnak.<br>Čaj ovocný lesné plody                  | 65/85/130<br>150/200/2.             |        | Polievka benátska<br>Zemiaky zapekané švajčiarske<br>Čalamáda<br>Nektarinky<br>Stolová voda                     | 180/200/25.<br>210/260/35.<br>50/70/100<br>75/150/200<br>200/200/25. | 7<br>3,1,7     | Chlieb na olovrant<br>Nátierka tvarohová s vajco.<br>Čaj bylinkový             | 55/65/90<br>20/26/40<br>150/200/2.             | 7,3 |
| <b>Utorok</b><br><b>17.03.2026</b><br>4123 / 4662 / 6176 (kJ)   | Chlieb na desiatu<br>Nátierka avokádová<br>Čaj ovocný dobré ráno      | 55/65/90<br>20/26/40<br>150/200/2.  | 7      | Polievka cicerová so zeleninou a zemi.<br>Klopsy na smotane<br>Cestoviny - kolienka<br>Voda s citrónovou šťavou | 180/200/25.<br>90/115/155<br>120/140/18.<br>150/200/25.              | 9<br>10,7<br>1 | Puding vanilkový s kompót.<br>Mlieko polotučné                                 | 250/160/1.<br>150/200/2.                       | 7   |
| <b>Streda</b><br><b>18.03.2026</b><br>4124 / 5652 / 8457 (kJ)   | Chlieb na desiatu<br>Nátierka hrášková<br>Čaj ovocný čučoriedka a ra. | 55/65/90<br>20/24/32<br>150/200/2.  |        | Polievka mrkvová<br>Lenkine kuracie stehná<br>Zemiakové pyré<br>Ovocný nápoj z prírodného 100% konc.            | 180/200/25.<br>200/240/34.<br>130/195/29.<br>150/200/25.             | 7              | Moravský koláč<br>Stolová voda                                                 | 60/100/15.<br>200/200/2.                       |     |
| <b>Štvrtok</b><br><b>19.03.2026</b><br>4220 / 5327 / 7403 (kJ)  | Žemla<br>Nátierka šunková so smotou.<br>Čaj ovocný                    | 50/70/100<br>20/26/40<br>150/200/2. | 1<br>7 | Polievka hrstková<br>Námornícke mäso<br>Ryža dusená<br>Voda s pomarančovou šťavou                               | 180/200/25.<br>64/100/132<br>110/150/19.<br>150/200/25.              | 9<br>3         | Chlieb na olovrant<br>Maslo<br>Uhorky šalátové<br>Čaj ovocný s medom a citrón. | 55/65/90<br>20/25/35<br>13/16/24<br>150/200/2. |     |
| <b>Piatok</b><br><b>20.03.2026</b><br>4290 / 5574 / 7173 (kJ)   | Chlieb na desiatu<br>Nátierka sardinková<br>Čaj ovocný divoká malina  | 55/65/90<br>20/26/40<br>150/200/2.  |        | Polievka kuracia<br>Cestoviny - niťovky<br>Pizza hniezda<br>Cucátko<br>Stolová voda                             | 180/200/25.<br>13/15/20<br>75/105/120<br>100/100/10.<br>200/200/25.  | 9<br>7,3       | Kroisant<br>Čaj ovocný, nesladený                                              | 60/100/15.<br>150/200/2.                       |     |
| MŠ / I.stupeň / 15-18                                           | Vedúci : <b>Patricia Vojtová</b>                                      |                                     |        | Hlavný kuchár : <b>Miroslava Batková</b>                                                                        |                                                                      |                |                                                                                |                                                |     |

ALERGÉNY: 1-Obilniny,2-Kôrovce,3-Vajcia,4-Ryby,5-Arašidy,6-Sója,7-Mlieko,8-Orchy,9-Zelér,10-Horčica,11-Séam,12-Siričity,13-Vičí bôb,14-Mäkkýše  
Zmena jedálneho lístka je vyhradená. Pri príprave jedál sa nepoužívajú geneticky modifikované potraviny.