

Názov : Školská jedáleň pri MŠ Jamník Adresa :	JEDÁLNY LÍSTOK od 12.01.2026 do 16.01.2026	Strana č.1
---	---	------------

Dátum	Desiata	HM	AL	Obed	HM	AL	Olovrant	HM	AL
Pondelok 12.01.2026 4645 (kJ)	Chlieb na desiatu celozrnný Nátierka šunková pena Čaj ovocný	55 20 150	1 7,10	Polievka zemiaková Cestoviny bez posýpky Posýpka maková na cestoviny Mlieko polotučné	180 145 29 150	1,7 1,3,7 7	Chlieb na olovrant celozrnný Maslo Paprika	55 20 15	1 7
Utorok 13.01.2026 5127 (kJ)	Pečivo celozrnné Maslo Čaj ovocný	50 20 150	1 7	Polievka zeleninová s droždovými halušk. Sotté z kuracích prs Ryža dusená Čaj ovocný	180 86 110 150	1,3,7,9 10	Bublanina ovocná Mlieko polotučné	110 150	1,3,7 7
Streda 14.01.2026 4215 (kJ)	Chlieb na desiatu celozrnný Nátierka líptovská Čaj ovocný	55 20 150	1 7	Polievka paradajková Čevabčiči * Zemiakové pyré I. Čaj ovocný	180 45 130 150	1,7 1,10 7	Krupicová kaša	210	1,7
Štvrtok 15.01.2026 4187 (kJ)	Vianočka, sladké pečivo Mlieko polotučné	60 150	1,3,7 7	Polievka šampiňónová krémová Bravčové stehno debrecínske * Tarhoňa dusená Šalát z hlávkovej kapusty Čaj ovocný	180 86 110 55 150	1,7 1 1	Chlieb na olovrant celozrnný Nátierka z bravčového mäsa Čaj ovocný	55 20 150	1 3,7,10
Piatok 16.01.2026 3773 (kJ)	Chlieb na desiatu celozrnný Nátierka z tuniaka Čaj ovocný	55 20 150	1 4,7	Polievka šošovicová so zemiakmi Zemiaky na kyslo Varené vajcia Čaj ovocný	180 190 25 150	1 1,7 3	Jogurt ovocný Pečivo tukové	100 50	7 1
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
Zmena jedálneho lístka je vyhradená. Pri príprave jedál sa nepoužívajú geneticky modifikované potraviny.