

Jedálny lístok od 30.09.2024 - 06.10.2024

Centrum sociálnych služieb Ľadoveň

Racionálna strava

Deň	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera
Pondelok 30.9.2024	Rybacia pomazánka, chlieb, čaj 40g/2kr Alerg: 1,4,7	ovocie 1ks	Fazuľová kyslá Alerg: 1,7 Vyprážené kur.stehno, zemiaková kaša, kompót Alerg: 1,3,7 0,33l/240g/200g/60g	Puding 1ks	Tarhoňová rizoto so zeleninou strúhaný syr, kyslá uhorka 120g/180g, 60g Alerg: 1,3,7
Utorok 1.10.2024	Chlieb, maslo, diétna saláma, zelenina, čaj 2kr/20g/40g/20g Alerg: 1,7	ovocie 1ks	Hovädzí vývar s pečevými haluškami Alerg: 1,3,9 Hlivový perkelt, halušky Alerg: 1,3,7 0,33l/2,5dcl/180g	Croisant 1ks	Chlieb vo vajci, kečup 2kr/20g Alerg: 1,3
Streda 2.10.2024	Lúpačka, termix, mlieko chlieb, čaj 2ks/1ks Alerg: 1,7	ovocie 1ks	Zeleninová s mrveničkou Alerg: 1,3,9 Br.český guláš s cibuľkou, knedľa Alerg: 1,3,7 0,33l/100g/120g	Koláč perníkový 1ks	Cestovina s vajčkom a slaninkou, kyslá uhorka 300g/60g Alerg: 1,3
Štvrtok 3.10.2024	Mixovaná hrášková pomazánka syrokremom, chlieb, čaj 40g/2kr Alerg: 1,7	ovocie 1ks	Hľstková Alerg: 1,9 Kur.soté na farebnom kor., ryža, zeleninový šalát Alerg: 1,7 0,33l/100g/200g/60g	Doboška 1ks	Rezance s tvarohom na slano 300g Alerg: 1,7
Piatok 4.10.2024	Varené vajce, maslo, zelenina, čierny chlieb 1ks/20g/20g/2kr Alerg: 1,3,7	ovocie 1ks	Hokaidó krém s krutónmi Alerg: 1,7 Buchty na pare, kakaová posýpka, karamelové mlieko Alerg: 1,3,7 0,33l/250g/50g/1dcl	Dškvarok pagáčik 1ks	Cestovina bolognese, strúhaný syr 300g/20g Alerg: 1,7
Sobota 5.10.2024	Škvarková pomazánka, zelenina, chlieb, čaj 40g/20g/2kr Alerg: 1,7	ovocie 1ks	Karfiólová číra so zeleninou a zemiakmi Alerg: 1,3 Ml.br.rezeň na masle, zemiaky s vňaťou, mrkv.šalát Alerg: 1,3,7 0,33l/125g/180g/60g	Banán v čoko 1ks	Sardinky v paradajkovej omáčke, chlieb, doboška 90g/2kr/1ks Alerg: 1,4

Nedela 6.10.2024	Chlieb,paštka,zelenina,čaj 2kr/1ks/20g Alerg: 1	ovocie 1ks	Slepačí vývar s cestovinou Alerg: 1,9 Prír.kur.rezaň s volským okom,ryža,zeleninový šalát Alerg: 1,3 0,33l/100g/200g/60g	Jogurt 1ks	Parížsky šalát,rožky,džús v krabičke 200g/2ks/1ks Alerg: 1,3,10
---------------------	---	-------------------	--	-------------------	---

*chyby v JL sú vyhradené tlačou

*váha mäsa je uvedená v surovom stave