

Názov : Obec Jablonka Adresa : Jablonka 51, 906 21 Jablonka	JEDÁLNY LÍSTOK od 21.09.2026 do 25.09.2026	Strana č.1
--	--	------------

Dátum	Desiata	HM	ČN	Obed	HM	ČN	Olovrant	HM	ČN
Pondelok 21.09.2026 3732 (kJ)	Chlieb na desiatu Maslo Paradajky Čaj ovocný	55 20 19 150	3.007 2.006 2.085 1.005	Polievka hovädzia s mäsom Cestoviny do polievky Zemiaky na kyslo Varené vajcia Chlieb k prívarku Čaj bylinkový	180 13 190 25 40 150	5.028 4.031 18.014 14.041 3.003 1.003	Cereálne výrobky Mlieko plnotučné	25 150	2.002 1.014
Utorok 22.09.2026 4737 (kJ)	Chlieb na desiatu Nátierka medová Mlieko plnotučné	55 20 150	3.007 2.031 1.014	Polievka krupicová s vajcom Bravčové rezne prekladané Zemiaky varené s maslom Šalát uhorkový Voda s citrónovou šťavou	180 66 120 60 150	5.053 7.007 17.035 24.036 1.032	Bryndzové pofézy Čaj bylinkový	50 150	2.105 1.003
Streda 23.09.2026 4303 (kJ)	Pečivo celozrnné Maslo Mlieko kakaové	50 20 150	3.013 2.006 1.011	Polievka mrkvová so zemiakmi Kurací rezeň prírodný Ryža dusená Šalát mrkvový s citrónom Voda s pomarančovou šťavou	180 86 110 50 150	5.063 9.008 17.011 24.013 1.033	Krém jogurtový s tvarohom . Prírodná ovocná šťava 100.	135 150	21.012 1.030
Štvrtok 24.09.2026 4038 (kJ)	Hrianky s maslom a cesnak. Čaj ovocný s medom	65 150	2.004 1.007	Polievka fazuľová kyslá so zemiakmi Chlieb k polievke Palacinky s džemom Mlieko plnotučné	180 30 82 150	5.015 3.001 21.029 1.014	Chlieb na olovrant Nátierka z pečeného lososa Stolová voda	55 20 200	3.009 2.117 1.025
Piatok 25.09.2026 3998 (kJ)	Vianočka, sladké pečivo Mlieko plnotučné	60 150	3.015 1.014	Polievka cesnaková so zemiakmi Cestoviny do polievky Karbonátok s ovsenými vločkami Zemiakové pyré Šalát z červenej kapusty Voda s pomarančovou šťavou	180 13 60 130 45 150	5.007 4.031 13.019 17.018 24.042 1.033	Chlieb na olovrant Nátierka z ricotty s pečenou. Čaj bylinkový	55 20 150	3.009 2.123 1.003
MŠ	Vedúci : Matušicová			Hlavný kuchár : Jaššová					

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