

## Jedálny lístok 44. týždeň 28.10.-3.11.2024

## Pondelok 28. 10. 2024

<b>Raňajky:</b>	<b>G</b>	<b>KJ</b>	<b>Bielkoviny</b>	<b>Tuky</b>	<b>Sacharidy</b>
Sendvič	120	1 436,00	10	1,1	72
Maslo (obsahuje 7)	20,00	602,00	0,20	16,20	
Med	40,00	504,00	0,08	0,10	34,00
Čaj	250,00	4,00			
<b>Desiata:</b>					
Keks(obsahuje 1,3,7,12)	60,00	688,00	3,42	4,02	11,72
<b>Obed:</b>					
Polievka hrstková (obsahuje 1,9)	250	766	6,27	4,5	26,5
Bratislavské rizoto so syrom (obsahuje 7,9)	330	2250	13,33	19,8	
Čalamáda	120,00	305,00	1,48	2,30	10,1
Nápoj (obsahuje 12)	200,00	109,00			6,70
<b>Olovrant:</b>					
Jogurtový nápoj (obsahuje 12)	200,00	480,00	8,50	8,00	24,00
<b>Večera:</b>					
Lečo s vajcom (obsahuje 3)	220	1588	13,23	26,5	9,2
Chlieb (obsahuje 1,3,7)	90,00	903,00	5,10	0,75	46,20
Čaj	250,00	4,00			
		9 635,00	61,61	83,27	240,42

## Utorok, 29. 10. 2024

<b>Raňajky:</b>	<b>G</b>	<b>KJ</b>	<b>Bielkoviny</b>	<b>Tuky</b>	<b>Sacharidy</b>
Rohlík (obsahuje 1)	120,00	1 436,00	10,00	1,10	7,20
Pašteta	30	234	3	4	2
Paprika	50,00	29,00	0,41	0,09	1,00
Čaj	250,00	4,00			
<b>Desiata:</b>					
Ovocie	150,00	359,00	0,50	0,60	22,10
<b>Obed:</b>					
Držková polievka (obsahuje 1)	250	1233	25	10	14
Kuracie stehná na kyslej kapuste (obsahuje 7)	270,00	1423,00	47,04	13,70	5,80
Zemiaky opekané	190	1509	5,95	7,9	61,1
Nápoj (obsahuje 12)	200,00	109,00			6,70
<b>Olovrant:</b>					
Jogurtový nápoj (obsahuje 12)	200,00	480,00	8,50	8,00	24,00
<b>Večera:</b>					
Špagety so syrom a kečupom (obsahuje 1,7)	350	2930	24,04	34,7	81,9
Čaj	250,00	4,00			
		9 750,00	124,44	80,09	225,80

<b>Streda 30. 10. 2024</b>					
<b>Raňajky:</b>	<b>G</b>	<b>KJ</b>	<b>Bielkoviny</b>	<b>Tuky</b>	<b>Sacharidy</b>
<i>Chlieb (obsahuje 1,3,7)</i>	120	1 204,00	6,8	1	61,6
<i>Tavený syr – ementál (obsahuje 7)</i>	20,00	472,00	11,80	6,80	0,40
<i>Uhorka šalátová</i>	50,00	29,00	0,41	0,09	1,00
<i>Čaj</i>	250,00	4,00			
<b>Desiata:</b>					
<i>7 Days (obsahuje 1,3,7,8)</i>	60,00	688,00	3,42	4,02	11,72
<b>Obed:</b>					
<i>Polievka zeleninová (obsahuje 9)</i>	250	63	1,18	4,1	4,4
<i>Kysnutý koláč s ovocím (obsahuje 1,3,7)</i>	350,00	4035,00	18,97	22,20	165,50
<i>Nápoj (obsahuje 12)</i>	200,00	109,00			6,70
<b>Olovrant:</b>					
<i>Jogurtový nápoj (obsahuje 12)</i>	200,00	480,00	8,50	8,00	24,00
<b>Večera:</b>					
<i>Chlieb (obsahuje 1,3,7)</i>	120,00	1 204,00	6,80	1,00	61,60
<i>Smotanová nátierka –nivová (obsahuje 7, 12)</i>	40	607	5	14	2,921
<i>Paradajka</i>	50	29	0,41	0,09	1
<i>Čaj</i>	250,00	4,00			
		8 928,00	63,29	61,30	340,84
<b>Štvrtok, 31. 10. 2024</b>					
<b>Raňajky:</b>	<b>G</b>	<b>KJ</b>	<b>Bielkoviny</b>	<b>Tuky</b>	<b>Sacharidy</b>
<i>Rohlík (obsahuje 1)</i>	120,00	1 436,00	10,00	1,10	7,20
<i>Jemna saláma</i>	30	234	3	4	2
<i>Paradajka</i>	50	29	0,41	0,09	1
<i>Čaj</i>	250,00	4,00			
<b>Desiata:</b>					
<i>Jogurtový nápoj (obsahuje 12)</i>	200,00	480,00	8,50	8,00	24,00
<b>Obed:</b>					
<i>Zeleninový boršč (obsahuje 1,9,12)</i>	200,00	711,30	11,00	4,00	26
<i>Lústkový prívarok (obsahuje 7)</i>	240	1707	18,86	8,8	56,2
<i>Mäsová sekana (obsahuje 1,3,7)</i>	100,00	924,00	14,10	6,70	2,1
<i>Chlieb(obsahuje 1,3,7,12)</i>	60,00	602,00	3,40	0,50	46,20
<i>Nápoj (obsahuje 12)</i>	200,00	109,00			6,70
<b>Olovrant:</b>					
<i>Ovocie</i>	150,00	359,00	0,50	0,60	22,10
<b>Večera:</b>					
<i>Jaternicová kaša</i>	150	2096	12	40	24
<i>Kyslá uhorka</i>	40	250	5,6	6,2	
<i>Chlieb (obsahuje 1,3,7)</i>	90,00	903,00	5,10	0,75	46,20
<i>Čaj</i>	250,00	4,00			
		9 848,30	92,47	80,74	263,70

<b>Piatok, 01. 11. 2024</b>					
<b>Raňajky:</b>	<b>G</b>	<b>KJ</b>	<b>Bielkoviny</b>	<b>Tuky</b>	<b>Sacharidy</b>
<i>Chlieb (obsahuje 1,3,7)</i>	120	1 204,00	6,8	1	61,6
<i>Maslo (obsahuje 7)</i>	20,00	602,00	0,20	16,20	
<i>Paprika</i>	50,00	29,00	0,41	0,09	1,00
<i>Čaj</i>	250,00	4,00			
<b>Desiata:</b>					
<i>Puding</i>	200,00	1 230,00	7,02	6,60	33,26
<b>Obed:</b>					
<i>Polievka Kulajda (obsahuje 3,7)</i>	250 ml	795	5,31	4,2	15,2
<i>Bryndzové halušky (obsahuje 1,3,7)</i>	320,00	2 992,00	20,49	22,20	87,60
<i>Nápoj (obsahuje 12)</i>	200,00	109,00			6,70
<b>Olovrant:</b>					
<i>Ovocie</i>	150,00	359,00	0,50	0,60	22,10
<b>Večera:</b>					
<i>Chlieb (obsahuje 1,3,7)</i>	120,00	1 204,00	6,80	1,00	61,60
<i>Nátierka sardinková (obsahuje 4 )</i>	40	835,00	3,09	20,7	0,8
<i>Čaj</i>	250,00	4,00			
		9 367,00	50,62	72,59	289,86
<b>Sobota, 02. 11. 2024</b>					
<b>Raňajky:</b>	<b>G</b>	<b>KJ</b>	<b>Bielkoviny</b>	<b>Tuky</b>	<b>Sacharidy</b>
<i>Makovka (obsahuje 1,3,7 )</i>	83,00	1 336,00	7,40	2,49	49,80
<i>Maslo (obsahuje 7)</i>	20,00	602,00	0,20	16,20	
<i>Čaj</i>	250,00	4,00			
<b>Desiata:</b>					
<i>Jogurt biely (obsahuje 7)</i>	150,00	922,00	5,87	3,01	36,90
<b>Obed:</b>					
<i>Polievka karfiolová s mrkvou (obsahuje 1,7,9)</i>	200,00	347,00	1,84	5,50	5,6
<i>Bravčové stehno na hrášku (obsahuje 1,7 )</i>	182	1191	16,65	21,1	6,9
<i>Tarhoňa (obsahuje 1,3,7)</i>	200,00	1633,00	10,00	2,00	64
<i>Nápoj (obsahuje 12)</i>	200,00	109,00			6,70
<b>Olovrant:</b>					
<i>Jogurtový nápoj (obsahuje 12 )</i>	200,00	480,00	8,50	8,00	24,00
<b>Večera:</b>					
<i>Chlieb (obsahuje 1,3,7)</i>	120,00	1 204,00	6,80	1,00	61,60
<i>Hydinové párky (obsahuje 1 )</i>	100,00	924,00	14,10	16,70	2,10
<i>Horčica (obsahuje 10)</i>	36,00	199,95	1,61	2,37	5,02
<i>Čaj</i>	250,00	4,00			
		8 955,95	72,97	78,37	262,62

<i>Nedeľa, 03. 11. 2024</i>					
<b>Raňajky:</b>	<b>G</b>	<b>KJ</b>	<b>Bielkoviny</b>	<b>Tuky</b>	<b>Sacharidy</b>
<i>Vianočka (obsahuje 1,3,7)</i>	<i>100,00</i>	<i>1 525,00</i>	<i>7,20</i>	<i>10,00</i>	<i>60,80</i>
<i>Maslo (obsahuje 7)</i>	<i>20,00</i>	<i>602,00</i>	<i>0,20</i>	<i>16,20</i>	
<i>Granko (obsahuje 7)</i>	<i>200,00</i>	<i>396,00</i>	<i>7,00</i>	<i>3,00</i>	<i>10,00</i>
<b>Desiata:</b>					
<i>Ovocie</i>	<i>150,00</i>	<i>359,00</i>	<i>0,50</i>	<i>0,60</i>	<i>22,10</i>
<b>Obed:</b>					
<i>Vývar s niťovkami (obsahuje 1, 3, 7, 9, 12)</i>	<i>0,33</i>	<i>381,00</i>	<i>2,00</i>	<i>5,02</i>	<i>9,00</i>
<i>Bravčové plátky na horčici (obsahuje 10)</i>	<i>154,00</i>	<i>1138,00</i>	<i>15,47</i>	<i>21,10</i>	<i>5,20</i>
<i>Knedľa (obsahuje 1,3,7)</i>	<i>150,00</i>	<i>1640,00</i>	<i>11,93</i>	<i>4,40</i>	<i>73,7</i>
<i>Nápoj (obsahuje 12)</i>	<i>200,00</i>	<i>109,00</i>			<i>6,70</i>
<b>Olovrant:</b>					
<i>Puding</i>	<i>200,00</i>	<i>1 230,00</i>	<i>7,02</i>	<i>6,60</i>	<i>33,26</i>
<b>Večera:</b>					
<i>Chlieb (obsahuje 1,3,7)</i>	<i>120,00</i>	<i>1 204,00</i>	<i>6,80</i>	<i>1,00</i>	<i>61,60</i>
<i>Smotanová nátierka – clasik (obsahuje 7, 12)</i>	<i>40</i>	<i>607</i>	<i>5</i>	<i>14</i>	<i>2,921</i>
<i>Uhorka</i>	<i>50,00</i>	<i>29,00</i>	<i>0,41</i>	<i>0,09</i>	<i>1,00</i>
<i>Čaj</i>	<i>250,00</i>	<i>4,00</i>			
		<i>9 224,00</i>	<i>63,53</i>	<i>82,01</i>	<i>286,28</i>

**Zoznam alergénov:**

*Alergény: 1- Obilniny obsahujúce lepok, 2 - Kórovce a výrobky z nich, 3 – Vajcia a výrobky z nich, 4 – Ryby a výrobky z nich, 5 – Arašidy a výrobky z nich, 6 – Sójové zrná a výrobky z nich, 7 – Mlieko a výrobky z neho, vrátane laktózy, 8 – Orechy a výrobky z nich, 9 – Zeler a výrobky z neho, 10 – Horčica a výrobky z nej, 11 – Sezamové semená a výrobky z nich, 12 – Oxid siričitý a siričitany vo vyšších koncentráciách, 13 – Vlíčí bôb a výrobky z neho, 14 – Mäkkýše a výrobky z nich*

*Pokora, n. o., Trstínska 9, 917 01 Trnava, IČO: 45740283*

*Prevádzky: ZPS Sv. Ján, Hlavná 214, 919 09 Šelpice*

*ZPS Sv. Martina, Ul. Sv. Martina 2, 919 35 Hrnčiarovce nad Parnou*

*ZPS Sv. Urban, Pálffyho nám. 551/5, 919 03 Horné Orešany*

*Zmena jedálneho lístka je vyhradená!*

*Pečiatka:*

*Za prevádzkovateľa:*

*Za kuchára:*

*Za zdravotný personál:*

*Zástupca klientov:*