



www.olsovska.sk

Jedálny lístok

28. 09. 2020 – 02. 10. 2020

Pondelok: Polievka:	Pórová 0,33 l., chlieb 30g., (1ks)	1,7
28. 09. 2020	1. Kurací paprikáš 120g., 100g., halušky 190g.	1,3,7
	2. Parená buchta s vanilkovým krémom 300g., čaj 0,20 l.	1,3,7
	3. Zeleninový šalát 400g., jogurt 1 ks., tmavý rožok 1 ks.	1,7
	4. Španielský vtáčik 120g., dusená zelenina (baby mrkva, karfiol, lúsky) 250g.	1,3
	5. Španielský vtáčik 120g., 100g., ryža 190g., kapustový šalát 150g.	1,3
Utorok: Polievka:	Vidiecka 0,33 l., chlieb 30g. (1 ks)	1
29. 09. 2020	1. Zemiakové placky plnené mäsom a údeninou 380g., uhorka 50g.	1,3,7
	2. Káhirske špagety (zelenina, kari, syr, kečup) 380g., čaj 0,20 l.	1,6,7
	3. Neapolský cestovinový šalát (šunka, syr, paprika, bazalka) 400g.	1,7
	4. Prírodný bravčový plátok 120g., čerstvá zelenina (paradajka, uhorka, paprika) 250g.	1
	5. Hydinové rizoto so syrom 360g., uhorka 50g.	1,7
Streda: Polievka:	Hovädzia s niťovkami 0,33 l.	1,9
30. 09. 2020	1. Segedínsky guláš 120g., 100g., knedľa 190g.	1,3,7
	2. Tvarohové rezance so smotanou 360g., mlieko 0,20 l.	1,3,7
	3. Zeleninový šalát s tuniakom (zelenina, vajce, dressing) 400g., tmavý rožok 1 ks.	1,4,3,7
	4. Kuracie prsia na hrášku 120g., dusená zelenina (brokolica, mrkva) 250g.	1
	5. Kuracie prsia na hrášku 120g., 100g., ryža 190g., paradajkový šalát 150g.	1
Štvrtok: Polievka:	Drožd'ová 0,33 l., chlieb 30g., (1ks)	1
01. 10. 2020	1. Černoهورský kurací rezeň 120g., zemiaky 230g., miešaný šalát 150g.	1,3,7
	2. Zemiakové taštičky plnené brokolicou a syrom 320g., tatárska omáčka 50g.	1,3,7
	3. Cestovinový šalát s Tofu syrom (zelenina, dressing) 400g.	1,6,7
	4. Černoهورský kurací rezeň 120g., čerstvá zelenina (ľad. šalát, paradajka, kukurica) 250g.	1,3,7
	5. Hovädzie ragú s fazuľou 120g., 100g., ryža 190g.	1
Piatok: Polievka:	Fazuľová so zeleninou 0,33 l., chlieb 30g. (1ks)	1
02. 10. 2020	1. Bravčové karé po Cigánsky (paradajka, slanina) 120g., 100g., zemiaky 230g., šalát z čínskej kapusty 150g.	1
	2. Lekvárové šatôčky 300g., čaj 0,20 l.	1,3,7
	3. Vajíčkový šalát (zemiaky, cibuľa, dressing) 400g., tmavý rožok 1 ks.	1,3,7
	4. Bravčové karé po Cigánsky 120g., dusená zelenina (šampiňóny, cuketa) 250g.	1
	5. Kuracie mäso na čínsky spôsob 120g., 100g., ryža 190g., šalát z čínskej kapusty 150g.	1,6

Váha mäsa je uvádzaná v surovom stave.

Zmena jedálneho lístka vyhradená.

Vedúca ZJ: Maríková

Šéfkuchár: Mussler