



www.olsovska.sk

Jedálny lístok

14. 12. 2020 – 18. 12. 2020

Pondelok: Polievka:	Hrachová jemná 0,33 l., chlieb 30g., (1ks)	1,7
14. 12. 2020	1. Kuracie mäso na spôsob sviečkovej 120g., 100g., cestovina 190g.	1,7,9,10
	2. Ryžový nákyp 300g., kompót 150g., čaj 0,20 l.	1,3,7
	3. Grécky ovocný šalát 400g., tmavý rožok 1 ks.	1,8
	4. Španielský vtáčik 120g., dusená zelenina na masle (lúsky,baby mrkva,hrášok) 250g.	1,3,7
	5. Španielský vtáčik 120g., 100g., ryža 190g., kapustový šalát 150g.	1,3
Utorok: Polievka:	Zeleninový s cestovinou 0,33 l.	1,9
15. 12. 2020	1. Plnená paprika (gul'ky) 120g., 100g., knedľa 190g.	1,3,7
	2. Zeleninové rizoto so syrom 370g., uhorka 50g.	1,7
	3. Kurací šalát s bulgurom 400g.	1,7
	4. Prírodný bravčový plátok 120g., pečená zelenina (cuketa,farebná paprika,červená cibuľa,zemiaky) 250g.	0
	5. Balkánsky plameň (hovädzie mäso) 120g., 100g., zemiaky 230g.	1
Streda: Polievka:	Mrkvová krémová 0,33 l., chlieb 30g. (1 ks)	1,7
16. 12. 2020	1. Vyprášaný kurací rezeň v sezame 120g., ryža 190g., kompót 150g.	1,3,7,11
	2. Špagety s kečupom a syrom 380g., čaj 0,20 l.	1,7
	3. Šalát Nicois (zemiaky,vajce,tuniak,kukurica,dressing) 400g., tmavý rožok 1 ks.	1,3,4,7
	4. Vyprášaný kurací rezeň v sezame 120g., čerstvá zelenina (ľadadový šalát,uhorka,paradajka,olivový olej) 250g.	1,3,7,11
	5. Dusená bravčová pečeň na cibuli 120g., 100g., zemiaky 230g., uhorka 50g.	1
Štvrtok: Polievka:	Drožd'ová 0,33 l., chlieb 30g., (1ks)	1
17. 12. 2020	1. Morčací prírodný plátok 120g., 100g., ryža s hráškom 190g., miešaný šalát 150g.	1
	2. Sójové kocky na zelenine 120g., 100g., zemiaky 230g.	1,6
	3. Paprikovo – kukuricový šalát (ľad.šalát,paradajka,olivy,vajce) 400g., tmavý rožok 1 ks.	1,3
	4. Morčací prírodný plátok 120g., dusená zelenina na masle(brokilica,karfiol,mrkva) 250g.	1
	5. Francúzske zemiaky 420g., uhorka 50g.	1,3,7
Piatok: Polievka:	Gulášová srbská 0,33 l., chlieb 30g. (1ks)	1
18. 12. 2020	1. Kuracie prsia v smotanovej omáčke 120g., 100g., zemiaky 230g., čučoriedkový džem 20g.	1,7
	2. Ovocný osúch 300g., čaj 0,20 l.	1,3,7
	3. Cestovinový šalát s brokolicou 400g.	1,7
	4. Kuracie prsia prírodné 120g., čerstvá zelenina (uhorka,paprika,cherry paradajky,kôpor,olivový olej) 250g.	1
	5. Bravčové mäso na zeleri 120g., 100g., ryža 190g.	1,9

Váha mäsa je uvádzaná v surovom stave.

Zmena jedálneho lístka vyhradená.

Vedúca ZJ: Mariková

Šéfkuchár: Mussler