



[www.olsovska.sk](http://www.olsovska.sk)

**Jedálny lístok**

**21. 09. 2020 – 25. 09. 2020**

<b>Pondelok: Polievka:</b>	Rascová s vajcom 0,33 l., chlieb 30g., (1ks)	1,3
21. 09. 2020	1. Námornícke bravčové mäso 120g., 100g., ryža 190g.	1,3
	2. Ryžový nákyp 300g., čaj 0,20 l.	1,3,7
	3. Gazdovský šalát (zelenina, bryndza) 400g., tmavý rožok 1 ks.	1,7
	4. Kurací plátok Balkán 120g., dusená zelenina (brokolica, karfiol) 250g.	1
	5. Kurací plátok Balkán 120g., 100g., zemiaky 230g.	1
<b>Utorok: Polievka:</b>	Hríbová s mrveničkou 0,33 l., chlieb 30g., (1ks)	1
22. 09. 2020	1. Sviečková na smotane 120g., 100g., knedľa 190g.	1,3,7
	2. Zapekaný karfiol 250g., zemiaky 230g., šalát z čínskej kapusty 150g.	1,3,7
	3. Cestovinový šalát s brokolicou 400g.	1,7
	4. Prírodný bravčový plátok 120g., pečená zelenina (cvikla, zeler, mrkva) 250g.	1,9
	5. Kurča Kung Pao 120g., 100g., ryža 190g., šalát z čínskej kapusty 150g.	1,6,8
<b>Streda: Polievka:</b>	Špenátová 0,33 l., chlieb 30g., (1ks)	1,3,7
23. 09. 2020	1. Čevapčiči 120g., opekané zemiaky 230g., horčica 20g., cibuľa 30g.	1,3,7,10
	2. Šúľance so strúhankou 380g., kompót 150g.	1,3,7
	3. Krabí šalát (krab, tyčinky, kukurica, jogurt, citrón) 400g., tmavý rožok 1ks.	1,4,7
	4. Čevapčiči 120g., čerstvá zelenina (paradajka, kukurica, paprika) 250g.	1,3,7
	5. Restovaná kuracia pečeň na zelenine 120g., 100g., ryža 190g., uhorka 50g.	1
<b>Štvrtok: Polievka:</b>	Zeleninová s cestovinou 0,33 l.	1,9
24. 09. 2020	1. Kuracie prsia na póre 120g., 100g., ryža 190g., paradajkový šalát 150g.	1
	2. Tekvicový prívarok 200g., varené vajce 2 ks., zemiaky 230g.	1,3,7
	3. Jarný šalát s olivami (cestovina, zelenina, dressing, šunka, syr) 400g.	1,7
	4. Kuracie prsia na póre 120g., dusená zelenina (karfiol, mrkva) 250g.	1
	5. Francúzske zemiaky 420g., uhorka 50g.	1,3,7
<b>Piatok: Polievka:</b>	Kapustová s klobásou 0,33 l., chlieb 30g. (1ks)	1
25. 09. 2020	1. Pizza so šunkou a syrom 300g., čaj 0,20 l.	1,3,7
	2. Vyprážené rybie filé 150g., zemiakové pyré 250g., uhorkový šalát 150g.	1,3,4,7
	3. Kurací šalát s bulgurom 400g., tmavý rožok 1 ks.	1,7
	4. Vyprážené rybie filé 120g., čerstvá zelenina (ľad. šalát, paradajka, uhorka) 250g.	1,3,4,7
	5. Kotlíkový guláš 300g., chlieb 30g.	1

**Váha mäsa je uvádzaná v surovom stave.  
Zmena jedálneho lístka vyhradená.**

**Vedúca ZJ: Mariková  
Šéfkuchár: Mussler**