

Nápoj týždňa: **Ovocný čaj**

17.8.2026 – 21.8.2026 **Učiteľ' WEEK 34/2026**

PONDELOK

Raňajky-desiata:

Jogurt s jahodami **7** a kokosovou granolou **1**

Zelené jablko

Obed: Krémová paradajková polievka s pohánkou **7**

A: Cícerové karí s mrkvou a karfiolom, jazmínová ryža, uhorkový šalát

B: Zapekané gnocchi s brokolicou a syrom **7**, uhorkový šalát

Olovrant: Grahamové pečivo **1**, sardinková nátierka **4, 7, 10**

UTOROK

Raňajky-desiata:

Pšenová kaša so škoricou, jablkami **7** a mandľami **8**

Banán

Obed: Kelová polievka s fazuľou

A: Hovädzia sviečková na smotane **7, 9**, pučené zemiaky s vňaťou, jablkový kompót s ríbezľami

B: Morčacie prsia na karí s paprikou a karfiolom, basmati ryža, paradajkový šalát

Olovrant: Kváskový chlieb **1**, mozzarelová nátierka s bazalkou **7**

STREDA

Raňajky-desiata:

Kváskový chlieb **1**, vajíčková omeleta so syrom **3, 7**

Uhorka

Obed: Zeleninová číra s mrveničkou **1, 3**

A: Kuracie kúsky na šťave s pórom, dusená ryža s hráškom, mrkvový šalát

B: Hovädzí guláš, knedľa **1**, kyslá uhorka

Olovrant: Banánový chlieb s vlašskými orechmi **1, 3, 7, 8**

ŠTVRTOK

Raňajky-desiata:

Krupicový puding so slivkami a makom **1, 7**

Nektárinka

Obed: Kukuricová polievka s cuketou

A: Morčací perkelt **7**, kolienka **1**, miešaný šalát

B: Kuracia živánska, pečené zemiaky, miešaný šalát

Olovrant: Pšeničné pečivo **1**, nátierka so sušenou paradajkou **7**

PIATOK

Raňajky-desiata:

Makovka **1, 3, 7**, jahodová pena **7**

Červené jablko

Obed: Rybacia krémová polievka so zeleninou **4, 7, 9**

A: Pečená cuketa a baklažán v paradajkovej omáčke, varené zemiaky, listový šalát

B: Dukátové buchtičky **1, 3, 7**, vanilkový puding **7**, jahodový rozvar

Olovrant: Kváskový chlieb **1**, vajíčková nátierka s kôprom **3, 7, 10**

Zostavili: Ivana Kachútová MSc, Eva Blaho Adv Dip Nut & Adv Dip WHM, Zdravý projekt – Janka Slávik-Salvová, Jaroslav Vanek
ALERGÉNY: 1-Obilniny, 2-Kôrovce, 3-Vajcia, 4-Ryby, 5-Arašidy, 6-Sója, 7-Mlieko, 8-Orechy, 9-Zelér, 10-Horčica, 11-Sézam, 12-Siričitany, 13-Vlčí bôb, 14-Mäkkýše, Z-zemiak **POZNÁMKA:** Zmena jedálneho lístka je vyhradená. Pri príprave jedál sa nepoužívajú geneticky modifikované potraviny.