

OBEDY (09.12. - 13.12.2024)

Dátum	Hmotnosť (l,g)	Výber	Popis jedla/alergény*
PONDELOK 09.12.2024	0,25/50	Polievka	Polievka brokolicová krémová, chlieb /A:1,7,9/
	125/260/100	A	Štefánska sekaná pečienka, zemiaková kaša, kyslá uhorka /A:1,3,6,7,9/, ovocie
	360	B	Jarný šalát s reďkovkou a šunkou /A:3,6,7,10/, ovocie
	350/0,25	C	Heľpianske trhance s bryndzou, kyslomliečny nápoj /A:1,7/, ovocie
	0,25		Nápoj: stolová voda
UTOROK 10.12.2024	0,25/50	Polievka	Polievka cibuľová s tofu syrom, chlieb /A:1,6,9/
	120/110	A	Kurací rarášik, ryža dusená, šalát z kyslej kapusty s jablkami a mrkvou /A:1,6,9/, ovocie
	195/250	B	Bravčový závitok záhorácky, batátový krém /A:1,7/, ovocie
	320/110	C	Strukovinové rizoto, šalát z kyslej kapusty s mrkvou /A:7,9/, ovocie
	0,25		Nápoj: stolová voda
STREDA 11.12.2024	0,25/50	Polievka	Polievka fazuľová kyslá so zemiakmi, chlieb /A:1,7/
	194/165/100	A	Bravčové stehno po juhoslovansky, hranolky pečené v rúre, šalát rajčiakový s jogurtom /A:1,3,7,9/, ovocie
	125/70/250	B	Teľací rezeň prírodný, hráškové pyré, ľahký šalát so zeleninou /A:1,3,7/, ovocie
	255	C	Lasagne s tvarohom a jablkami /A:1,7,8/, ovocie
	0,25		Nápoj: stolová voda
ŠTVRTOK 12.12.2024	0,25/50	Polievka	Polievka rajčiaková s cestovinou, chlieb /A:1,7/
	320	A	Kuracie prsia so šampiňónmi a ryžovými rezancami /A:1,7/, ovocie
	130/220	B	Losos na tatranský spôsob, pečená zelenina /A:1,3,4,6,7,10/, ovocie
	260/280	C	Nákyp zeleninový so syrom, zemiaková kaša mrkvová /A:1,3,7,9/, ovocie
	0,25		Nápoj: stolová voda
PIATOK 13.12.2024	0,25/50	Polievka	Polievka kapustnica s klobásou a hubami, chlieb /A:1,6/
	350/120	A	Granadiersky pochod so syrom, šalát uhorkový /A:1,3,7/, ovocie
	240/0,25	B	Bryndzové pirohy zemiakové – hlbokozmrazené, zakysanka /A:1,7/, ovocie
	250/100	C	Zeleninový šalát so syrom, pečivo celozrnné /A:1,3,6,7/, ovocie
			-
		X	Bageta so šunkou, syrom a zeleninou /A:1,7/, ovocie
		Y	Bageta so syrom a zeleninou /A:1,7/, ovocie
0,25		Nápoj: stolová voda	

OBEDY (16.12. - 20.12.2024)

Dátum	Hmotnosť (l,g)	Výber	Popis jedla/alergény*
PONDELOK	0,25/50	Polievka	Polievka rybacia zimná, chlieb /A:1,4,9/
16.12.2024	290/250/100	A	Hydinové guľky v rajčiakovej omáčke, zemiaky varené s maslom, šalát z hlávkovej kapusty s jablkami /A:1,3,7,9/, ovocie
	290/100	B	Bratislavské rizoto, šalát z hlávkovej kapusty s jablkami /A:1,7/, ovocie
	380	C	Cestovinový šalát so syrom tofú /A:1,3,6,7/, ovocie
			-
	0,25		Nápoj: stolová voda
UTOROK	0,25/50	Polievka	Polievka z miešaných strukovín mliečna, chlieb /A:1,7,9/
17.12.2024	144/190/110	A	Bravčový rezeň prírodný s volským okom, dusená ryža, šalát hlávkový s pomarančom /A:1,3,7/, ovocie
	115/230	B	Kurací rezeň obalovaný v syre, baby mrkva /A:1,3,7/, ovocie
	165/240	C	Syrové karbonátky s jogurtovou omáčkou, farebné zemiaky /A:1,3,7,9,10/, ovocie
			-
	0,25		Nápoj: stolová voda
STREDA	0,25/50	Polievka	Polievka benátska, chlieb /A:1,7/
18.12.2024	180/185	A	Hovädzí guláš maďarský, cestoviny /A:1,3/, ovocie
	80/135	B	Losos na cesnaku s pórom, cuketa tety Hanky /A:1,3,4,7,10/, ovocie
	360/150	C	Žemlovka s marhuľovým kompótom, jogurt ovocný /A:1,3,7,8/, ovocie
			-
	0,25		Nápoj: stolová voda
ŠTVRTOK			
19.12.2024			VIANOČNÁ AKADÉMIA (nevarí sa)
		X	Bageta so salámou, syrom a zeleninou /A:1,7/, ovocie
		Y	Bageta so syrom a zeleninou /A:1,7/, ovocie
PIATOK			
20.12.2024			
			RIADITEĽSKÉ VOJNO (nevarí sa)

VEČERE (09.12. - 13.12.2024)

Dátum	Hmotnosť (l,g)	Výber	Popis jedla/alergény*
PONDELOK 09.12.2024	169/150	A	Hovädzí tokáň na smotane, knedľa kysnutá /A:1,3,7/, ovocie
	0,25		Nápoj: stolová voda
UTOROK 10.12.2024	140/280	A	Kuracie prsia vyprášané, zemiakový šalát so zeleninou /A:1,3,7,9,10/, ovocie
	0,25		Nápoj: stolová voda
STREDA 11.12.2024	330/100	A	Zemiaky zapekané so syrom a klobásou, šalát zo sterilizovanej cvikly /A:3,6,7,10/, ovocie
	0,25		Nápoj: stolová voda
ŠTVRTOK 12.12.2024	205/190/80	A	Kuracie stehná pečené – kalibrované, ryža dusená, zeleninová obloha – uhorky šalátové, kapusta červená /A:7/, ovocie
	0,25		Nápoj: stolová voda
PIATOK 13.12.2024		-	

Hmotnosť jedla je uvádzaná po tepelnej úprave.

Poskytovateľ stravy: Stredná športová škola, Banská Bystrica

Zodpovedná: Oľga Slabeciusová, vedúca ŠJ Strednej športovej školy

* ALERGÉNY:

1. **OBILNINY** obsahujúce lepok a výrobky z nich
2. **KÔROVCE** a výrobky z nich
3. **VAJCIA** a výrobky z nich
4. **RYBY** a výrobky z nich
5. **ARAŠIDY** a výrobky z nich
6. **SÓJA** a výrobky z nej
7. **MLIEKO** a výrobky z neho
8. **ORECHY** a výrobky z nich
9. **ZELER** a výrobky z neho
10. **HORČICA** a výrobky z nej
11. **SEZAM - SEMENÁ** a výrobky z nich
12. **SIRIČITANY** - sušené ovocie, ovocné konzervy, výrobky zo zemiakov

VEČERE (16.12. - 20.12.2024)

Dátum	Hmotnosť (l,g)	Výber	Popis jedla/alergény*
PONDELOK 16.12.2024	160/195	A	Kuracie mäso po čínsky, ryža dusená s hráškom /A:6/, ovocie
	0,25		Nápoj: stolová voda
UTOROK 17.12.2024	360/100	A	Cestoviny so šunkou a zeleninou, šalát sterilizovaný zo sterilizovanej cvikly /A:1,3,6,7,9,10/, ovocie
	0,25		Nápoj: stolová voda
STREDA 18.12.2024	140/295/100	A	Bravčový rezeň v kukuričnej strúhanke, zemiaková kaša, kyslá uhorka /A:1,3,7,9/, ovocie
	0,25		Nápoj: stolová voda
ŠTVRTOK 19.12.2024		-	VIANOČNÁ AKADÉMIA (nevarí sa)
PIATOK 20.12.2024		-	RIADITEĽSKÉ VOĽNO (nevarí sa)

Hmotnosť jedla je uvádzaná po tepelnej úprave.

Poskytovateľ stravy: Stredná športová škola, Banská Bystrica

Zodpovedná: Oľga Slabeciusová, vedúca ŠJ Strednej športovej školy

* ALERGÉNY:

1. **OBILNINY** obsahujúce lepok a výrobky z nich
2. **KÔROVCE** a výrobky z nich
3. **VAJCIA** a výrobky z nich
4. **RYBY** a výrobky z nich
5. **ARAŠIDY** a výrobky z nich
6. **SÓJA** a výrobky z nej
7. **MLIEKO** a výrobky z neho
8. **ORECHY** a výrobky z nich
9. **ZELER** a výrobky z neho
10. **HORČICA** a výrobky z nej
11. **SEZAM - SEMENÁ** a výrobky z nich
12. **SIRIČITANY** - sušené ovocie, ovocné konzervy, výrobky zo zemiakov