|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | ***Raňajky*** | ***Desiata*** | ***Obed*** | ***Olovrant*** |
| **Pondelok** | Tmavý chlieb  Vajíčková nátierka  Surová zelenina  Mlieko, čaj, voda | Ovocie  Jablko  Banán  pomaranč | Zeleninová polievka s mrveničkou  Špagety s omáčkou zo cherry paradajok, baby špenátom, olivový olej  voda | Ovocný jogurt s müsli  Čaj z lesného ovocia |
| **Utorok** | Grahamový rožok  Maslo  Šunka  Surová zelenina  Čaj bylinkový, voda | Ovocie  Jablko  Hrozno  Banán | Karfiolová krémová polievka  Bravčové stehno dusené na šťave  Varené zemiaky s vňatkou  Cviklový šalát  voda | Makový rožok  kakao |
| **Streda** | Chlieb rascový  Sardinková pomazánka  Surová zelenina  Čaj ovocný, voda | Ovocie  Jablko  Mandarinka  banán | Mäsový vývar s rezancami  Pečené kuracie stehno  Ryža  Broskyňový kompót  Voda | Vianočka s maslom a džemom  mlieko |
| **Štvrtok** | Rožok  Liptovská ( bryndzová ) nátierka  Surová zelenina  Čaj bylinkový, voda | Ovocie  Jablko  hrozno | Šošovicová polievka so zemiakmi a koreňovou zeleninou  Dukátové buchtičky s vanilkovým pudingom, voda | Chlieb ľanový  Maslo,  Čaj, voda |
| **Piatok** | Bagetka  strukovinová nátierka  Surová zelenina  Čaj z lesného ovocia, voda | Ovocie  Jablko  Pomaranč  banán | Zemiaková polievka na kyslo s vareným vajíčkom  Kuracie prsia s hráškom  Bulgur  uhorkový šalát  voda | Mlieko s Nesquick guličkami |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **2** | ***Raňajky*** | ***Desiata*** | ***Obed*** | ***Olovrant*** |
| **Pondelok** | Chlieb rascový  Maslo  šunka  Surová zelenina  Čaj bylinkový, voda | Ovocie  Jablko  Banán  hrozno | Pórková krémová polievka  Hovädzie mäso na šťave  Tarhoňa  Miešaný šalát  voda | Jablkové pyré  Piškóty  voda |
| **Utorok** | Grahamový rožok  Avokádová pomazánka  Surová zelenina  Čaj bylinkový, voda | Ovocie  Jablko  Pomaranč | Zeleninová polievka s krupicovými haluškami  Rezance / Špecle s makom a maslom  Voda | Krupičná kaša  S maslom a kakaom  Voda |
| **Streda** | Ľanový chlieb  Nátierkové maslo  Surová zelenina  Čaj ovocný, voda | Ovocie  Jablko  Banán | Cícerová polievka so strúhanou mrkvou  Špagety Bolognese  voda | Makovník  mlieko |
| **Štvrtok** | Žemľa  maslo  Plátkový tvrdý syr  Surová zelenina  Čaj bylinkový, voda | Ovocie  Jablko  Hrozno  mandarinka | Polievka z červenej šošovice  Špenát, pučené zemiaky s maslom, vajíčko varené  voda | Vanilkový termix  Čaj bylinkový |
| **Piatok** | Chlieb rascový  Rybacia pomazánka  Surová zelenina  Čaj z lesného ovocia, voda | Ovocie  Jablko  banán | Polievka z hlávkovej kapusty so zemiakmi  Morčacie prsia  ryža  cvikla  voda | Mlieko s cereáliami  voda |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **3** | ***Raňajky*** | ***Desiata*** | ***Obed*** | ***Olovrant*** |
| **Pondelok** | Rožok  Syr Kiri  Surová zelenina  Čaj ovocný, voda | Ovocie  Jablko  hrozno | Polievka zo strúhanej mrkvy s kukuričnou krupicou  Kurací perkelt s haluškami  voda | Makový rožok  kakao |
| **Utorok** | Chlieb rascový  Lososová nátierka  Surová zelenina  Čaj bylinkový, voda | Ovocie  Jablko  Pomaranč  banán | Šošovicová polievka na kyslo  Zapekane cestoviny so zeleninou a šunkou  Hlávkový šalát  voda | Muffin  mlieko |
| **Streda** | Grahamový rožok  hydinová nátierka  Surová zelenina  Mlieko, voda, čaj | Ovocie  Jablko  banán | Zeleninová polievka  Bravčové stehno na paradajke a paprike  Bulgur  Cvikla  voda | Bublanina s ovocím  Čaj ovocný |
| **Štvrtok** | Tmavý chlebík  Maslo  Šunka  Surová zelenina  Mlieko, voda, čaj | Ovocie  Jablko  pomaranč | Rascová polievka s krutónmi  Lúskovo zemiakový prívarok s vajíčkom  voda | Čokoládový pribináčik  Čaj ovocný |
| **Piatok** | Celozrnná žemľa  Mrkvová nátierka  Surová zelenina  Čaj ovocný, voda | Ovocie  Jablko  Hrozno  banán | Kalerábová krémová polievka  Pizza Margerita  voda | Puding malinový  voda |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **4** | ***Raňajky*** | ***Desiata*** | ***Obed*** | ***Olovrant*** |
| **Pondelok** | Chlieb rascový  Šunková pena  Surová zelenina  Čaj z lesného ovocia, voda | Ovocie  Jablko  hrozno | Pórková krémová polievka  Granadiersky pochod  Kyslá uhorka  voda | Bábovka  kakao |
| **Utorok** | Chlieb zemiakový  Tavený syr Bambino  Surová zelenina  Mlieko, voda, čaj | Ovocie  Jablko  Banán  pomaranč | Hŕstková polievka  Hovädzia sviečková, knedľa  voda | Rožok  Medová nátierka  Čaj ovocný, voda |
| **Streda** | Bagetka  Vajíčková pomazánka  Surová zelenina  Mlieko, voda, čaj | Ovocie  Jablko  hrozno | Polievka zo strúhanej koreňovej zeleniny  Rybacie karbonátky pečené  Zemiakové pyré  Šalát z čínskej kapusty  voda | Jablkové pyré  Piškóty  voda |
| **Štvrtok** | Grahamový rožok  Maslo  Plátkový tvrdý syr  Surová zelenina  Čaj bylinkový, voda | Ovocie  Jablko  Banán  mandarínka | Polievka krémová z tekvice Hokkaido s tekvicovými semiačkami  Palacinky s džemom  voda | Krupicová kaša s maslom a kakaom  Čaj z lesného ovocia |
| **Piatok** | Chlieb vo vajíčku  Surová zelenina  Čaj ovocný, voda | Ovocie  Jablko  banán | Paradajková polievka s cestovinou  Morčacie prsia na kukurici  Kuskus  Miešaný šalát  voda | Ovocný smotanový jogurt  voda |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **5** | ***Raňajky*** | ***Desiata*** | ***Obed*** | ***Olovrant*** |
| **Pondelok** | Rožok  Paštéta hydinová  Surová zelenina  Čaj z lesného ovocia, voda | Ovocie  Jablko  hrozno | Kelová zemiaková polievka  Bravčové kocky na smotane  cestovina  voda | Ovocný jogurt |
| **Utorok** | Chlieb zemiakový  Maslo, strúhaný syr  Surová zelenina  Čaj bylinkový, voda | Ovocie  Jablko  Banán  pomaranč | Zemiaková krémová polievka s krutónmi  Vyprážané morčacie nugetky  Varené zemiaky  voda | Moravský koláč  Mlieko |
| **Streda** | Chlieb tmavý  Šunková pena  Surová zelenina  Čaj ovocný, voda | Ovocie  Jablko  hrozno | Polievka hrášková s mrveničkou  Parené buchty s lekvarom  Maslo, granko  Voda, čaj | Cereálie  mlieko |
| **Štvrtok** | Bagetka  Karfiolová nátierka  Surová zelenina  Čaj bylinkový, voda | Ovocie  Jablko  Banán  mandarínka | Polievka karotková krémová  Kuracie rizoto  Uhorkový šalát  voda | Tvarohový závin  kakao |
| **Piatok** | Vianočka s džemom  Mlieko, čaj, voda | Ovocie  Jablko  banán | Zeleninová polievka s krupicovými haluškami  Kurací plátok zapekaný s ananásom a syrom  ryža  voda | Rožok s bylinkovou nátierkou  Voda, čaj |