



SPEAK ACADEMY

Jedálny lístok SPEAK ACADEMY

20.10.2025- 24.10.2025

PONDELOK (20.10.):	Desiata: Cereálie s mliekom, ovocný čaj, ovocie	(A:1,3,6)
	Polievka: Paradajková so syrom	(A:1,7)
	Hlavné jedlo: Kuracie prsia s prírodnou omáčkou, ryža, šalát	(A:1,7)
	Olovrant: Grahamový rožok s maslom a kuracou šunkou, zelenina	(A:1,3,7)
UTOROK (21.10.):	Desiata: Vianočka s maslom a medom, ovocie	(A:1,3,7)
	Polievka: Kalerábová polievka	(A:1,9)
	Hlavné jedlo: Bravčové varené v paradajkovej omáčke, domáca knedľa	(A:1,3,7)
	Olovrant: Bruschetta s paradajkami, zelelnina	(A:1,3,7)
STREDA (22.10.):	Desiata: Sendvič so syrom a zeleninou, ovocie	(A:1,3,7)
	Polievka: Fazuľová polievka, chlieb	(A:1,3,7)
	Hlavné jedlo: Hovädzí tokáň s hráškom, tarhoňa, cvikla	(A:1)
	Olovrant: French toast (Global cooking club)	(A:1,3,7)
ŠTVRTOK (23.10.):	Desiata: Chlebík s francúzskou nátierkou, zelenina	(A:1,3,7)
	Polievka: Brokolicový krém s krutónmi	(A:1,3,7)
	Hlavné jedlo: Penne so smotanovou omáčkou a parmezánom	(A:1,3,7)
	Olovrant: Vyprážaný chlebík vo vajíčku, zelenina	(A:1,3,7)
PIATOK (24.10.):	Desiata: Jahodový jogurt s granolou, ovocie	(A:1,3,7)
	Polievka: Hovädzí vývar s cestovnou	(A:1,3,9)
	Hlavné jedlo: Vyprážané rybie prsty, zemiaková kaša, mrkvový šalát	(A:4, 7)
	Olovrant: Pizza rožok, ovocný čaj	(A:1,3,7)