

# Školská jedáleň

## Zásady pre zostavovanie jedálneho lístka

ŠJ sa pri príprave stravy riadi Materiálno -spotrebnými normami .

V rámci 5 stravovacích dní má jedálny lístok obsahovať :

2 hlavné jedlá s mäsovým pokrmom,

1 hlavné jedlo so zníženou dávkou mäsa ,

2 odľahčené jedlá

jedno s múčnym pokrmom

jedno so zeleninovým pokrmom .

**Odľahčené jedlá sa odporúča podávať v pondelok.**

Prívarky sa odporúča podávať 2x do mesiaca s využitím strukovín .

Múčna príloha / knedľa , haluška , cestoviny / má byť raz do týždňa .

Zemiaky majú byť na jedálnom lístku 2x – 3x v týždni .

Zelenina má byť na jedálnom lístku denne , z toho ako šalát 2x a ako príloha 1x.

**Ryby podávať 1x v týždni .**

**Ku každému jedlu sa podáva nápoj .**

**V školskom stravovaní je zakázané používať :**

- Mleté mäso z obchodnej siete
- Zabíjačkovú kašu , tlačenkú , surové mäso , pečeňový syr
- Vnútorosti okrem bravčovej , hydinej a srdca
- Nadmerne slaná ryba a rybie výrobky
- Huby s výnimkou húb z distribučnej siete
- Majonézu , nedostatočne spracované vajcia