***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 hlavné jedlá*** *:*

* *jedno hlavné s múčnym pokrmom ,*
* *jedno hlavné 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 .*

**Obilniny** – majú byť 1 x do týždňa /krúpy, ovsené vločky, bulgur, pohánka, proso, kukurica uprednostňujú sa pred ryžou .

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

***Ryby*** *podávať 1x v týždni .*

**Ovocie** denne podľa finančného limitu

*Ku každému jedlu sa podáva nápoj .*

***V školskom stravovaní je zakázané používať :***

*· Mleté mäsá z obchodnej siete .*

*· Zabíjačkovú kašu , tlačenku , surové mäsá , pečeňový syr .*

*· Vnútornosti okrem bravčovej , hydinovej a sŕdc .*

*· Nadmerne slané ryba a rybie výrobky .*

*· Huby s výnimkou húb z distribučnej siete.*

 . Majonézu.