

## RAC - RACIONÁLNA STRAVA

## \*\*\* Pondelok 25.08.2025 \*\*\*

|                |                                                                                            |                    |
|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|
| raňajky. ....  | granko 0,3l, maslo-R,V2 30g, chlieb/R 125g, čaj 0,3l                                       | Al:1,3,6,7,8,11,13 |
| desiata. ....  | detska výživa 1ks                                                                          |                    |
| obed. ....     | polievka fazuľová s rezancami 0,33l(p.24g), šišky 200g, čaj 0,3l                           | Al:1,3,6,7,9,11,12 |
| olovrant. .... | lístková tyčinka 1ks                                                                       | Al:1,3,8,11        |
| večera-1. .... | peč.zemiaky s maslom,špekačka 450g, chlieb/D,O,OL,V 100g,<br>mlieko kefirové 1ks, čaj 0,3l | Al:1,3,6,7,8,11,13 |

## \*\*\* Utorok 26.08.2025 \*\*\*

|                |                                                                                                                  |                    |
|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|
| raňajky. ....  | čaj 0,3l, varený párok,horčica 154g, chlieb/R 125g                                                               | Al:1,3,6,7,8,10,11 |
| desiata. ....  | melon 150g                                                                                                       |                    |
| obed. ....     | hrášková pol. s hubami 0,35l,<br>bravčové mäso na smotane 195g(m.45g,s.150g), knedla 200g,<br>syrupová voda 0,3l | Al:1,3,5,6,7,8,9,1 |
| olovrant. .... | nanuk 1ks                                                                                                        | Al:3,5,7           |
| večera-1. .... | palacinky jablkové 300g, čaj 0,3l                                                                                | Al:1,3,7           |

## \*\*\* Streda 27.08.2025 \*\*\*

|                |                                                                                                              |                    |
|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|
| raňajky. ....  | čaj 0,3l, syrové toasty 200g                                                                                 | Al:1,3,6,7,8,11,13 |
| desiata. ....  | jogurt 1ks                                                                                                   | Al:7               |
| obed. ....     | karfiolová polievka 0,35l, bravčové mäso na rošte 75g(m.45g,s.30g),<br>zemiaky opekané 380g, pitná voda 0,3l | Al:1,6,7,9,10,11   |
| olovrant. .... | banán 1ks                                                                                                    |                    |
| večera-1. .... | cestovinový šalát 380g, fitnesska 1ks, čaj 0,3l                                                              | Al:1,3,6,7,11      |

## \*\*\* Stvrtok 28.08.2025 \*\*\*

|                |                                                                                                    |                    |
|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|
| raňajky. ....  | mlieko 0,3l, makovka 1ks, čaj 0,3l                                                                 | Al:1,3,6,7,8,11,13 |
| desiata. ....  | nektarinka 1ks                                                                                     |                    |
| obed. ....     | zemiaková polievka 0,35l, slovenské rizoto 300g(m.45g),<br>cviklový šalát 150g, sirupová voda 0,3l | Al:1,6,9,11        |
| olovrant. .... | tuniaková pomazánka 40g, chlieb/D,O,OL,V 100g                                                      | Al:1,3,4,6,7,8,11, |
| večera-1. .... | bravčové mäso v kapuste 194g(m.44g,s.150g), chlieb/D,O,OL,V 100g,<br>čaj 0,3l                      | Al:1,3,6,7,8,11,13 |

## \*\*\* Piatok 29.08.2025 \*\*\*

|                |                                                                                                                          |                   |
|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| raňajky. ....  | čaj 0,3l, maslo-R,V2 30g, eidam tehla na chlieb 1g, chlieb/R 125g,<br>rajčina 0,5ks                                      |                   |
| desiata. ....  | melon 150g                                                                                                               |                   |
| obed. ....     | zeleninová pol.zapražená 0,35l,<br>klopsy s rajč.omáčkou 300g(m.100g,s.200g), zemiaky varené 330g,<br>sirupová voda 0,3l | Al:1,3,6,7,8,9,11 |
| olovrant. .... | napolitánka 1ks                                                                                                          | Al:1,3,5,7,8      |
| večera-1. .... | saláma inovec 150g, žemla standart 2ks, paprika pcr 1ks, čaj 0,3l                                                        | Al:1,3,6,7,8,11   |

## \*\*\* Sobota 30.08.2025 \*\*\*

|                |                                                                                                                        |                    |
|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|
| raňajky. ....  | biela káva 0,3l, džem 40g, chlieb/R 125g, čaj 0,3l                                                                     | Al:1,3,6,7,8,11,12 |
| desiata. ....  | detska výživa 1ks                                                                                                      |                    |
| obed. ....     | hrachová pol.s krúpami 0,35l,<br>bravč.stehno na viedenský spôs 195g(m.45g,s.150g), cestovina 225g,<br>pitná voda 0,3l | Al:1,6,7,9,11      |
| olovrant. .... | cibuľa/na chlieb 20g, masť/desiata,olovrant,V2 20g,<br>chlieb/D,O,OL,V 100g                                            | Al:1,3,6,7,8,11,13 |
| večera-1. .... | rezance s vajcom 300g, uhorka sterilizovaná 70g, čaj 0,3l                                                              | Al:1,3             |

## \* 363 J E D A L N Y L I S T O K \*

Obdobie: 25.08.2025 - 31.08.2025

Datum tl.: 20.08.2025

Str.:

8

\*\*\* Nedela 31.08.2025 \*\*\*

|               |                                                                                    |                    |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|
| raňajky.....  | káva čierna 0,3l, bábovka 150g, čaj 0,3l                                           | Al:1,3,6,7,8,11,13 |
| desiata.....  | džús 1ks                                                                           |                    |
| obed.....     | hov.pol.s cestovinou 0,35l, kuracie prsia s ananásom 164g, ryža 190g, čaj 0,3l     | Al:1,6,7,9,11      |
| olovrant..... | napolitánka 1ks                                                                    | Al:1,3,5,7,8       |
| večera-1..... | saláma-malokarpatská 100g, syrokrem 50g 1ks, chlieb/SV 200g, rajčina 1ks, čaj 0,3l | Al:1,3,6,7,8,11,13 |

Zmena jedálneho lístka vyhradená

|             |               |       |               |              |          |
|-------------|---------------|-------|---------------|--------------|----------|
| .....       | .....         | ..... | .....         | .....        | .....    |
| riadiateľka | ved.str.prev. | lekár | ved.zdr.úseku | diétna sest. | kuchárka |

ALERGÉNY 1-Obilniny, 2-Kôrovce, 3-Vajcia, 4-Ryby, 5-Arašidy, 6-Sója, 7-Mlieko,  
8-Orechy, 9-Zeler, 10-Horčica, 11-Sezam, 12-Siričitany, 13-Mak,  
14-Mäkkýše