

RAC - RACIONÁLNA STRAVA

*** Pondelok 15.09.2025 ***		
raňajky.	kakao 0,3l, maslo-R,V2 30g, chlieb/R 100g, čaj 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
desiata.	detska výživa 1ks	
obed.	pol.cícerová so zel.a zemiakmi 250g, kuracie prsia na smotane 174g(m.54g,s.120g), cestovina 225g, sirupová voda 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
olovrant.	masť/desiata,olovrant,V2 20g, cibuľa/na chlieb 20g, chlieb/D,O,OL 50g	Al:1,3,6,7,8,11,13
večera-1.	guláš zo syra tofu 180g, ryža 190g, čaj 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
*** Utorok 16.09.2025 ***		
raňajky.	čaj 0,3l, koláč 1ks	Al:1,3,6,7,8,11,12
desiata.	džús 1ks	
obed.	polievka gazdovská kuracia 280g(m.15g), špenátové halušky so syr.omačk 345g(s.95g,p.250g), čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,9,11
olovrant.	obložený sendvič 195g	Al:1,3,6,7,8,10,11
večera-1.	zemiaky na paprike 450g, špekačka 114g(m.100g,p.14g), čaj 0,3l	Al:1,6,7,10
*** Streda 17.09.2025 ***		
raňajky.	čaj 0,3l, vajcia na cibuľke 100g, chlieb/R 100g	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	jogurt 1ks	Al:7
obed.	fazuľová pol.s cestovinou 0,35l, morčac.prsia zapekané so syro 104g(m.54g,s.50g), ryža s kukuricou 160g, cviklový šalát 150g, pitná voda 0,3l	Al:1,6,7,9,11
olovrant.	chrumky 1ks	Al:1,5
večera-1.	šunková pena 100g 1ks, rajčina 1ks, chlieb/V,SV 100g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,9,10,
*** Stvrtok 18.09.2025 ***		
raňajky.	čaj 0,3l, paštéková pomazánka 23g, chlieb/R 100g, rajčina 0,5ks	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	banán 1ks	
obed.	polievka z tekvice hokkaidó 250g, bravčové rebierko vyprážané 120g(m.120g), zemiaková kaša 320g, uhorkový šalát 165g, sirupová voda 0,3l	Al:1,3,7
olovrant.	pagáč oškvarkový 1ks	Al:1,3,7,8,11
večera-1.	opekance s makom 300g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
*** Piatok 19.09.2025 ***		
raňajky.	biela káva 0,3l, tvarohová pomazánka 62g, chlieb/R 100g, čaj 0,3l	
desiata.	hrozno 150g	
obed.	gulášová polievka 0,35l, chlieb/D,O,OL 50g, domáce plnené buchty-lekvárové 300g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,9,11,
olovrant.	tuníaková pomazánka 40g, chlieb/D,O,OL 50g	Al:1,3,4,6,7,8,11,
večera-1.	tekvicový prívarok 180g, bravčový pečený bôčik 105g(m.60g,s.45g), chlieb/D,O,OL 50g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
*** Sobota 20.09.2025 ***		
raňajky.	mlieko 0,3l, maslo-R,V2 30g, eidam tehla na chlieb 1g, chlieb/R 100g, čaj 0,3l	
desiata.	detska výživa 1ks	
obed.	fazuľková polievka kyslá 0,35l, sekaný bravč.rezeň so šampiňón 150g(m.56g,s.94g), zemiaky štuchané 330g, citrónáda 0,25l	Al:1,3,6,7,8,11
olovrant.	termix 1ks	Al:7
večera-1.	talianске špagety 320g, čaj 0,3l	Al:1,7

*** Nedela 21.09.2025 ***

raňajky.	káva čierna 0,3l, bábovka 150g, džem 40g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,12
desiata.	džús 1ks	
obed.	hov.pol.s cestovínou 0,35l, debrecínska bravčová pečienka 150g(m.60g,s.90g), tarhoňa 190g(p.190g), obloha-uhorková 20g, sirupová voda 0,3l	Al:1,6,9,11
olovrant.	napolitánka 1ks	Al:1,3,5,7,8
večera-1.	mozzarella 1ks, chlieb/V,SV 100g, rajčina 1ks, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13

Zmena jedálneho lístka vyhradená

.....
riaditeľka 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