

RAC - RACIONÁLNA STRAVA**** Pondelok 22.09.2025 *****

raňajky.	granko 0,3l, maslo-R,V2 30g, chlieb/R 100g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	detska výživa 1ks	
obed.	polievka hrachová s párkom 0,33l, palacinky s tvarohom 400g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7
olovrant.	drožd'ová pomazánka 30g, chlieb/D,O,OL 50g	Al:1,3,6,7,8,11,13
večera-1.	bravčová pečienka sedliacka 145g(m.45g,s.100g), zemiaky šťuchané 330g,	Al:1,7
	šalát z hlávkovej kapusty 150g, čaj 0,3l	

***** Utorok 23.09.2025 *****

raňajky.	čaj 0,3l, syrové toasty 200g	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	smotanový krém 150g	Al:5,7,8,9,10,11
obed.	polievka brokolicová 250g, bravčový guláš maďarský 162g(m.52g,s.110g), knedla 200g, sirupová voda 0,3l	Al:1,3,6,7,9,11
olovrant.	banán 1ks	
večera-1.	lečo s ryžou a údeninou 400g, chlieb/V,SV 100g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13

***** Streda 24.09.2025 *****

raňajky.	biela káva 0,3l, makovka 1ks, čaj 0,3l	
desiata.	jablko 1ks	
obed.	pol.pórová so zemiak. a syrom 0,25l, klužská kapusta 300g, zemiaky varené 330g, citronáda 0,25l	Al:1,6,7,9,11
olovrant.	džús 1ks	
večera-1.	saláma-šunková 50g, syrokrém 50g 1ks, rajčina 1ks, chlieb/V,SV 100g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13

***** Stvrtok 25.09.2025 *****

raňajky.	kakao 0,3l, džem 40g, chlieb/R 100g, čaj 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,11
desiata.	miláčik 1ks	Al:7
obed.	polievka hrášková so zeleninou 250g, kuracie stehná vyprážané 170g, zemiaková kaša 320g, rajčiakový šalát 150g, pitná voda 0,3l	Al:1,3,7,9
olovrant.	uzol 1ks	Al:1,3,7,8,11
večera-1.	cestovinový šalát 380g, fitneska 1ks, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,11

***** Piatok 26.09.2025 *****

raňajky.	čaj 0,3l, tvarohová-tuniaková pomazánka 61g, chlieb/R 100g, paprika pcr 0,5ks	Al:1,3,4,6,7,8,11,
desiata.	puding s ovocným sirupom 100g(s.20g,p.80g)	Al:3,7
obed.	kelová polievka 0,35l, granatiersky pochod 370g, uhorkový šalát 165g, sirupová voda 0,3l	Al:1,6,9,11
olovrant.	mlieko kefirové 1ks	Al:7
večera-1.	žemlovka tvarohová 420g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13

***** Sobota 27.09.2025 *****

raňajky.	biela káva 0,3l, syrová pomazánka 43g, chlieb/R 100g, rajčina 0,5ks, čaj 0,3l	
desiata.	detska výživa 1ks	Al:1,6,7,9,11
obed.	polievka cesnakova so zemiakm 0,35l, bravč.mäso s cestov.a bakla 350g(m.43g,s.307g), uhorka sterilizovaná 70g, sirupová voda 0,3l	
olovrant.	pagáč zemiakový 1ks	Al:1,3,6,8,11
večera-1.	bravčové mäso v kapuste 194g(m.44g,s.150g), chlieb/V,SV 100g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13

** Nedela 28.09.2025 ***

aňajky.....	káva čierna 0,3l, vianočka 180g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,12
lesiata.....	džús 1ks	
bed.....	hov.pol.s mäsom a rezancami 0,35l(m.12g), ázijská kuracia panvica 109g(m.54g,s.55g), ryža 190g, sírupová voda 0,3l	Al:1,6,9,11
lovrant.....	napolitánka 1ks	Al:1,3,5,7,8
večera-1.....	šalát parížsky/vlašský 140g, chlieb/V,SV 100g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,10,11

členská jedálneho lístka vyhradená

riadiťka 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