

8 - BEZLEPKOVÁ DIÉTA

*** Pondelok 06.10.2025 ***

raňajky.	kakao 0,3l, maslo-R,V2 30g, chlieb/8 R,V2 125g, čaj 0,3l	Al:3,5,6,7,8,9,10,
desiata.	detska výživa 1ks	
obed.	fazuľová pol.s párkom/8 0,35l(m.15g), kuracie prsia na zelenine/8 174g(m.54g,s.120g), ryža 190g, citronáda 0,25l	Al:1,3,6,7,9,11,13
olovrant.	zott monte 1ks	Al:5,7,8
večera-1.	mäsové karbonátky s ovsen.vlo 100g(m.100g), zemiaky št'uchané 330g, čaj 0,3l	Al:1,3,7
večera-2.	paštéta 48g 1ks, chlieb/8 R,V2 125g	Al:1,3,6,7,13

*** Utorok 07.10.2025 ***

raňajky.	čaj 0,3l, varený párok,horčica 154g, chlieb/8 R,V2 125g	Al:3,6,7,10,13
desiata.	jablko 1ks	
obed.	zeleninová pol.so zemiakmi/8 0,35l, kačica pečená/8 220g(m.120g,s.100g), kapusta hlávková dusená/8 150g, zemiaky varené 330g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,9,11,13
olovrant.	vajcový krém-jemná nátierka 50g, chlieb/8 D,O,OL,V 100g	Al:3,6,7,10,13
večera-1.	cestov.zapeč.s brav.mäs.a ze/8 330g, obloha-z čínskej kapusty 70g, čaj 0,3l	Al:3,7
večera-2.	syreček-V2 1ks, chlieb/8 R,V2 125g	Al:3,6,7,13

*** Streda 08.10.2025 ***

raňajky.	biela káva 0,3l, tvarohová pomazánka 62g, chlieb/8 R,V2 125g, paprika pcr 0,5ks, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,13
desiata.	puding so šľahačkou 1ks	Al:7
obed.	kotlíkový guláš 2 0,5l, chlieb/8 D,O,OL,V 100g, čaj 0,3l, napolitánka/8 1ks	Al:3,5,6,7,8,9,11,
olovrant.	banán 1ks	
večera-1.	treska 140g, chlieb/8 R,V2 125g, čaj 0,3l	Al:3,4,6,7,10,13
večera-2.	detska výživa 1ks	

*** Stvrtok 09.10.2025 ***

raňajky.	čaj 0,3l, bryndzová pomazánka 52g, chlieb/8 R,V2 125g, rajčina 0,5ks	Al:3,6,7,13
desiata.	hruska 1ks	
obed.	polievka z tekvice hokkaidó 250g, švédsky rezeň/8 134(m.54g,s.80g), ryža 190g, cviklový šalát 150g, čaj 0,3l	Al:3,6,7,13
olovrant.	škvarková pomazánka 40g, chlieb/8 D,O,OL,V 100g	Al:3,6,7,10,13
večera-1.	saláma/párok/vypráž.v cestíčk8 70g, zemiaková kaša 320g, obloha-uhorková 20g, čaj 0,3l	Al:3,6,7,13
večera-2.	vajce/V2, chlieb/8 R,V2 125g	

*** Piatok 10.10.2025 ***

raňajky.	vajcia na cibul'ke 100g, chlieb/8 R,V2 125g, čaj 0,3l	
desiata.	mláčiik 1ks	Al:7
obed.	pol.cícerová so zel.a zemiak/8 250g, bravčový rezeň belehradský 345g(m.45g,p.300g), čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,9,11,13
olovrant.	hrozno 150g	
večera-1.	ryžová kaša 350g, čaj 0,3l	Al:5,7,8,9,10,11
večera-2.	cottyge syr 180g	Al:7

*** Sobota 11.10.2025 ***

raňajky.	biela káva 0,3l, maslo,med/raňajky 25g, chlieb/8 R,V2 125g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,13
desiata.	detska výživa 1ks	
obed.	karfiolová polievka/8 0,35l, kuraci perkeľ/8 204g(m.54g,s.150g), cestovina/8 225g, čaj 0,3l	Al:3,6,7,9,11,13
olovrant.	termix 1ks	Al:7

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

Obdobie: 06.10.2025 - 12.10.2025

Datum t1.: 29.09.2025 Str.: 4

večera-1.	hydínová pečeň na cibul'ke/8 189g(m.49g,s.140g), ryža 190g, uhorka sterilizovaná 70g, čaj 0,3l	Al:3,6,7,13
večera-2.	jogurt biely 1ks	Al:7
*** Nedela 12.10.2025 ***		
raňajky.	káva čierna 0,3l, vianočka/8 125g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,13
desiata.	džús 1ks	
obed.	hov.pol.s cestovinou/8 0,35l, bravčové rebierko cigánske/8 275g(m.65g,s.110g), tarhoňa/8 190g, kompót broskyňový 100g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,9,11,13
olovrant.	napolitánka/8 1ks	Al:3,5,7,8
večera-1.	paštéta 75g 1ks, chlieb/8 SV 200g, rajčina 1ks, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
večera-2.	maslo-R,V2 30g, chlieb/8 R,V2 125g	Al:3,6,7,13