

RAC - RACIONÁLNA STRAVA***** Pondelok 06.10.2025 *****

raňajky.	kakao 0,3l, maslo-R, V2 30g, chlieb/R 125g, čaj 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
desiata.	detska výživa 1ks	
obed.	fazuľová pol.s párkom 0,35l(m.15g), podplamenník 350g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,9,11
olovrant.	zott monte 1ks	Al:5,7,8
večera-1.	mäsové karbonátky s ovsen.vlo 100g(m.100g), zemiaky šťuchané 330g, čaj 0,3l	Al:1,3,7

***** Utorok 07.10.2025 *****

raňajky.	čaj 0,3l, makovka 1ks	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	jablko 1ks	
obed.	zeleninová pol. s mrveničkou 0,35l, kačica pečená 220g(m.120g,s.100g), kapusta hlávková dusená 150g, knedla 200g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,9,11
olovrant.	vajcový krém-jemná nátierka 50g, chlieb/D,O,OL,V 100g	Al:1,3,6,7,8,10,11
večera-1.	palacinky jablkové 300g, čaj 0,3l	Al:1,3,7

***** Streda 08.10.2025 *****

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

***** Stvrtok 09.10.2025 *****

raňajky.	čaj 0,3l, bryndzová pomazánka 52g, chlieb/R 125g, rajčina 0,5ks	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	hruska 1ks	
obed.	polievka z tekvice hokkaidó 250g, švédsky rezeň 134(m.54g,s.80g), ryža 190g, cviklový šalát 150g, čaj 0,3l	Al:1,7
olovrant.	škvarková pomazánka 40g, chlieb/D,O,OL,V 100g	Al:1,3,6,7,8,10,11
večera-1.	saláma/párok/vypráž.v cestíčku 70g, zemiaková kaša 320g, obloha-uhorková 20g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7

***** Piatok 10.10.2025 *****

raňajky.	vajcia na cibul'ke 100g, chlieb/R 125g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	miláčik 1ks	Al:7
obed.	pol.cícerová so zel.a zemiakmi 250g, žemlovka s jablkami a orechami 330g, čaj 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
olovrant.	hrozno 150g	
večera-1.	zemiakové placky 360g, čaj 0,3l	Al:1,3,7

***** Sobota 11.10.2025 *****

raňajky.	biela káva 0,3l, maslo,med/raňajky 25g, chlieb/R 125g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	detska výživa 1ks	
obed.	karfiolová polievka 0,35l, kurací perkelt 204g(m.54g,s.150g), cestovina 225g, čaj 0,3l	Al:1,6,7,9,11
olovrant.	uzol 1ks	Al:1,3,7,8,11
večera-1.	hydínová pečeň na cibul'ke 189g(m.49g,s.140g), ryža 190g, uhorka sterilizovaná 70g, čaj 0,3l	Al:1

***** Nedela 12.10.2025 *****

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, bravčové rebierko cigánske 275g(m.65g,s.110g), tarhoňa 190g(p.190g), kompót broskyňový 100g, čaj 0,3l	Al:1,6,9,11
olovrant.	chrumky 1ks	Al:1,5
večera-1.	paštéta 75g 1ks, chlieb/SV 200g, rajčina 1ks, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13

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

Obdobie: 06.10.2025 - 12.10.2025

Datum tl.: 29.09.2025

Str.: 8

Zmena jedálneho lístka vyhradená

.....y.....
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