

8 - BEZLEPKOVÁ DIÉTA***** Pondelok 20.10.2025 *****

raňajky.	kakao 0,3l, maslo-R,V2 30g, chlieb/8 R,V2 125g, red'kovka 1ks,	AI:3,5,6,7,8,9,10,
	čaj 0,3l	
desiata.	detska výživa 1ks	
obed.	pol.z mieš.strukovín mliečna/8 0,25l,	AI:1,3,6,7,13
	bravčový guláš/8 194(m.45g,s.150g), cestovina/8 225g, čaj 0,3l	
olovrant.	paštéková pomazánka 23g, chlieb/8 D,O,OL,V 100g	
večera-1.	zemiaky zapeč.s úden.mäs.a syr 420g, uhorka sterilizovaná 70g,	AI:3,7
	čaj 0,3l	
večera-2.	syreček-V2 1ks, chlieb/8 R,V2 125g	AI:3,6,7,13

***** Utorok 21.10.2025 *****

raňajky.	biela káva 0,3l, nátierka syrová s cesnakom 40g, chlieb/8 R,V2 125g,	AI:1,3,6,7,13
	rajčina 0,5ks, čaj 0,3l	
desiata.	banán 1ks	
obed.	zeleninová pol.s ryžou 0,35l,	AI:1,3,6,7,9,11,13
	važecká pochúťka/8 309g(m.54g,s.60g,p.195g),	
	šalát z hlávkovej kap.s mrkvo 120g, čaj 0,3l	
olovrant.	miláčik 1ks	AI:7
večera-1.	rezance s vajcom/8 300g, čaj 0,3l	AI:3
večera-2.	cottyge syr 180g	AI:7

***** Streda 22.10.2025 *****

raňajky.	čaj 0,3l, saláma-šunková 100g, chlieb/8 R,V2 125g	AI:3,6,7,13
desiata.	jablko 1ks	
obed.	polievka brokolicová krémová/8 250g,	AI:3,6,7,9,11,13
	záhradnícky tokáň/8 150g(m.43g,s.107g), ryža 190g,	
	cviklový šalát 150g, čaj 0,3l	
olovrant.	napolitánka/8 1ks	AI:3,5,7,8
večera-1.	pečenový syr 145g, paprika pcr 0,5ks, chlieb/8 SV 200g, čaj 0,3l	AI:3,6,7,13
večera-2.	detska výživa 1ks	

***** Stvrtok 23.10.2025 *****

raňajky.	mlieko 0,3l, vianočka/8 125g, čaj 0,3l	AI:3,6,7,13
desiata.	smotanový krém 150g	AI:5,7,8,9,10,11
obed.	polievka z hlivy ustric.s ce/8 250g, rybíe filé vyprážané/8 150g,	AI:3,4,6,7,9,10,11
	zemiakový šalát 400g, čaj 0,3l	
olovrant.	mandarinka 1ks	
večera-1.	jaternice 200g, chlieb/8 D,O,OL,V 100g, uhorka sterilizovaná 70g,	AI:3,6,7,13
	čaj 0,3l	
večera-2.	jogurt biely 1ks	AI:7

***** Piatok 24.10.2025 *****

raňajky.	čaj 0,3l, syrové toasty/8 200g	AI:3,6,7,13
desiata.	puding s ovocným sirupom 100g(s.20g,p.80g)	AI:3,7
obed.	zemiaková pol.gulášová/8 0,35l, halušky bryndzové/8 380g,	AI:1,3,6,7,9,11,13
	mlieko kefirové 1ks, čaj 0,3l	
olovrant.	nátierka z tuniaka s mrkvou 40g, chlieb/8 D,O,OL,V 100g	AI:3,4,6,7,13
večera-1.	zemiaky s cibuľkou 330g, volské oko 1ks, čaj 0,3l	AI:3
večera-2.	paštéta 48g 1ks, chlieb/8 R,V2 125g	AI:1,3,6,7,13

***** Sobota 25.10.2025 *****

raňajky.	biela káva 0,3l, maslo-R,V2 30g, eidam tehla na chlieb 1g,	
	chlieb/8 R,V2 125g, čaj 0,3l	
desiata.	detska výživa 1ks	
obed.	polievka mrkvová/8 250g, bravč.mäso na hubách/8 160g(m.40g,s.120g),	AI:3,6,7,13
	tarhoňa/8 190g, čaj 0,3l	

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

Obdobie: 20.10.2025 - 26.10.2025

Datum tl.: 13.10.2025

Str.:

4

olovrant.	banán 1ks	
večera-1.	kapust.pol.s klobás-kapustní/8 0,5l(m.50g), chlieb/8 D,O,OL,V 100g,	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
	čaj 0,3l	
večera-2.	maslo-R,V2 30g, chlieb/8 R,V2 125g	Al:3,6,7,13
*** Nedela 26.10.2025 ***		
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, kuracie prsia s ananásom 164g,	Al:1,3,6,7,9,11
	ryža 190g, čaj 0,3l	
olovrant.	napolitánka/8 1ks	Al:3,5,7,8
večera-1.	šalát parížský/vlašský 140g, chlieb/8 SV 200g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,10,11
večera-2.	jogurt biely 1ks	Al:7