

* 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.:

7

RAC - RACIONÁLNA STRAVA

*** Pondelok 20.10.2025 ***

raňajky.	kakao 0,3l, maslo-R, V2 30g, chlieb/R 125g, red'kovka 1ks, čaj 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
desiata.	detska výživa 1ks	
obed.	pol.z mieš.strukovín mliečna 0,25l, domáce plnené buchty-nutela 300g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8
olovrant.	paštéková pomazánka 23g, chlieb/D,O,OL,V 100g	Al:1,3,6,7,8,11,13
večera-1.	zemiaky zapeč.s úden.mäs.a syr 420g, uhorka sterilizovaná 70g, čaj 0,3l	Al:3,7

*** Utorok 21.10.2025 ***

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

*** Streda 22.10.2025 ***

raňajky.	čaj 0,3l, saláma jemná,horčica,žemla 2ks(m.100g)	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata.	jablko 1ks	
obed.	polievka brokolicová krémová 250g, záhradnícky tokáň 150g(m.43g,s.107g), ryža 190g, cviklový šalát 150g, čaj 0,3l	Al:1,6,7,9,11
olovrant.	napolitánka 1ks	Al:1,3,5,7,8
večera-1.	pečenový syr 145g, paprika pcr 0,5ks, chlieb/SV 200g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13

*** Stvrtok 23.10.2025 ***

raňajky.	mlieko 0,3l, koláč 1ks, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,12
desiata.	smotanový krém 150g	Al:5,7,8,9,10,11
obed.	polievka z hlavy ustríc.s cest 250g, rybíe filé vyprážané 150g, zemiakový šalát 400g, čaj 0,3l	Al:1,3,4,6,7,9,10,
olovrant.	mandarínka 1ks	
večera-1.	jaternice 200g, chlieb/D,O,OL,V 100g, uhorka sterilizovaná 70g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13

*** Piatok 24.10.2025 ***

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

*** Sobota 25.10.2025 ***

raňajky.	biela káva 0,3l, maslo-R, V2 30g, eidam tehla na chlieb 1g, chlieb/R 125g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	detska výživa 1ks	
obed.	polievka mrkvová 250g, bravč.mäso na hubách 160g(m.40g,s.120g), tarhoňa 190g(p.190g), čaj 0,3l	Al:1,7
olovrant.	banán 1ks	
večera-1.	kapust.pol.s klobás-kapustnica 0,5l(m.50g), chlieb/D,O,OL,V 100g, čaj 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1

* 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.: 8

*** Nedela 26.10.2025 ***

raňajky.....	káva čierna 0,3l, závin 180g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.....	džús 1ks	
obed.....	hov.polievka s celest.rezanca 0,33l, kuracie prsia s ananásom 164g, ryža 190g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,9,11
olovrant.....	chrumky 1ks	Al:1,5
večera-1.....	šalát parížský/vlašský 140g, žemľa standart 2ks, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,10,11

Zmena jedálneho lístka vyhradená

.....					
riaditeľ	ved.str.prev.	lekár	ved.zdr.úseku	ref.str.prev.	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