

RAC - RACIONÁLNA STRAVA

*** Pondelok 15.12.2025 ***		
raňajky.	kakao 0,3l, eidam tehla na chlieb 1g, 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 údeným bôčikom 0,35l(m.12g), domáce plnené buchty/tvaroh. 300g, čaj 0,3l, mandarinka 1ks	Al:1,3,6,7,9,11
olovrant.	tuniaková pomazánka 40g, chlieb/D,O,OL,V 100g	Al:1,3,4,6,7,8,11,
večera-1.	zemiakové placky plnené mäsom 300g(m.40g), obloha-kapustová 70g, čaj 0,3l	Al:1,3,7
*** Utorok 16.12.2025 ***		
raňajky.	čaj 0,3l, varený párok,horčica 154g, chlieb/R 125g	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata.	banán 1ks	
obed.	zeleninová pol.so zemiakmi 0,35l, bravčová pečienka 160g(m.60g,s.100g), kapusta hlávková dusená 150g, knedľa 200g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,9,11
olovrant.	pudíng s ovocným sirupom 100g(s.20g,p.80g)	Al:3,7
večera-1.	zeleninové rizoto 350g, čaj 0,3l	Al:7,9
*** Streda 17.12.2025 ***		
raňajky.	mlieko 0,3l, nutela 50g, chlieb/R 125g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	mandarinka 1ks	
obed.	polievka hrášková so zeleninou 250g, kuracie prsia v jogurte 130g, zemiaková kaša 320g, šalát mrkvový s ananásom 110g, čaj 0,3l	Al:1,7,9
olovrant.	uzol 1ks	Al:1,3,7,8,11
večera-1.	šalát parížský/vlašský 140g, chlieb/SV 200g, čaj 0,3l, napolitánka 1ks	Al:1,3,5,6,7,8,10,
*** Stvrtok 18.12.2025 ***		
raňajky.	čaj 0,3l, saláma šunková,horčica,zemľa 2ks(m.100g)	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata.	jabĺko 1ks	
obed.	rajčiaková pol.s cestovinou 0,35l, zapekané zemiaky-francúzske 350g, uhorka sterilizovaná 70g, čaj 0,3l, zott monte 1ks	Al:1,3,5,6,7,8
olovrant.	jogurt 1ks	Al:7
večera-1.	mäsové karbonátky s ovsen.vlo 100g(m.100g), zemiaky šťuchané 330g, čaj 0,3l	Al:1,3,7
*** Piatok 19.12.2025 ***		
raňajky.	granko 0,3l, závin 250g 1ks, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	banán 1ks	
obed.	hŕstková polievka 0,35l, halušky s kyslou kapustou 450g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,9,11
olovrant.	syrová pomazánka 43g, chlieb/D,O,OL,V 100g	Al:1,3,6,7,8,11,13
večera-1.	zemiaky s cibuľkou 330g, opekaný kabanos 80g, čaj 0,3l	Al:6
*** Sobota 20.12.2025 ***		
raňajky.	biela káva 0,3l, džem 40g, chlieb/R 125g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,12
desiata.	detska výživa 1ks	
obed.	frankfurtská polievka 0,35g(m.15g), zemiakový prívarok 360g, sekaná pečienka 120g(m.120g), chlieb/D,O,OL,V 100g, čaj 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
olovrant.	cibuľa/na chlieb 20g, masť/desiata,olovrant,V2 20g, chlieb/D,O,OL,V 100g	Al:1,3,6,7,8,11,13
večera-1.	hydínová pečeň na šampiňónoch 140g(m.70g,s.70g), tarhoňa 190g(p.190g), čaj 0,3l	Al:1

*** Nedela 21.12.2025 ***		
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, kuracie prsia na kukurici 144g, ryža 190g, čaj 0,3l	Al:1,6,7,9,11
olovrant.....	napolitánka 1ks	Al:1,3,5,7,8
večera-1.....	pečenový syr 145g, chlieb/SV 200g, rajčina 1ks, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13

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