

RAC - RACIONÁLNA STRAVA

*** Pondelok 12.01.2026 ***		
raňajky.	granko 0,3l, maslo-R,V2 30g, chlieb/R 125g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	detska výživa 1ks	
obed.	rajčiaková pol.so zemiakmi 0,35l, lievance 310g, čaj 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
olovrant.	drožd'ová pomazánka 30g, chlieb/D,O,OL,V 100g	Al:1,3,6,7,8,11,13
večera-1.	špagety boloňské 2 320g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,9,10
*** Utorok 13.01.2026 ***		
raňajky.	biela káva 0,3l, tvarohová pomazánka 62g, chlieb/R 125g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	spandauer so slivkovou náplňou 1ks	
obed.	hrachová pol.s krúpami 0,35l, domáca zabíjačka 200g, zemiaky varené 330g, šalát sterilizovaný 150g, čaj 0,3l	Al:1,6,9,11
olovrant.	banán 1ks	
večera-1.	ryžová kaša 350g, čaj 0,3l	Al:5,7,8,9,10,11
*** Streda 14.01.2026 ***		
raňajky.	čaj 0,3l, varený párok,horčica 154g, chlieb/R 125g	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata.	smotanový krém 150g	Al:5,7,8,9,10,11
obed.	hovädz.pol.s pečeňovou ryžou 0,35l(p.60g), rizoto z bravčového mäsa 320g(m.50g), cviklový šalát 150g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,9,10,
olovrant.	mandarinka 1ks	
večera-1.	šalát A la krab 1ks, fitneska 2ks, čaj 0,3l	Al:1,3,6,11
*** Stvrtok 15.01.2026 ***		
raňajky.	kakao 0,3l, maslo,med/raňajky 25g, chlieb/R 125g, čaj 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
desiata.	jablko 1ks	
obed.	zeleninová pol.s ryžou 0,35l, kuracie stehná na kyslej kapus 270g(m.135g,s.135g), zemiaky šťuchané 330g, čaj 0,3l	Al:1,6,7,9,11
olovrant.	pudíng so šľahačkou 1ks	Al:7
večera-1.	guláš zo syra tofu 180g, tarhoňa 190g(p.190g), čaj 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
*** Piatok 16.01.2026 ***		
raňajky.	čaj 0,3l, vajcia na cibul'ke 100g, chlieb/R 125g	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	banán 1ks	
obed.	fazuľová pol.s cestovinou 0,35l, podplamenník 350g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,9,11
olovrant.	tuniová pomazánka 40g, chlieb/D,O,OL,V 100g	Al:1,3,4,6,7,8,11,
večera-1.	klopsy s hráškom 220g(m.100g,s.120g), zemiaky šťuchané 330g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11
*** Sobota 17.01.2026 ***		
raňajky.	biela káva 0,3l, syrová pomazánka 43g, chlieb/R 125g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	detska výživa 1ks	
obed.	polievka z ovsených vločiek 0,35l, bravčový guláš 194(m.45g,s.150g), cestovina 225g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,9,11
olovrant.	pagáč zemiakový 1ks	Al:1,3,6,8,11
večera-1.	rezance s vajcom 300g, uhorka sterilizovaná 70g, čaj 0,3l	Al:1,3
*** Nedela 18.01.2026 ***		
raňajky.	káva čierna 0,3l, závin 180g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	džús 1ks	
obed.	slepačia polievka 0,35l(m.12g), bravčové rebierko na rasci 180g(m.60g,s.120g), ryža 190g, kompót marhuľový 100g, čaj 0,3l	Al:1,6,9,11
olovrant.	napolitánka 1ks	Al:1,3,5,7,8
večera-1.	huspenina lahôdková,cib.,ocot 0,35l, chlieb/SV 200g, čaj 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1

.....
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

—