

RAC - RACIONÁLNA STRAVA

*** Pondelok 19.01.2026 ***		
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.	šošovicová pol.so zemiakmi 0,35l, cestoviny s makom 300g, čaj 0,3l	Al:1,6,7,9,11,13
olovrant.	saláma šunková,horčica,žemla 1ks(m.50g,p.7g)	Al:1,3,6,7,8,10,11
večera-1.	zemiaky zapekané s mäsom 400g(m.32g), čaj 0,3l	Al:3,7
*** Utorok 20.01.2026 ***		
raňajky.	čaj 0,3l, varený párok,horčica 214g, chlieb/R 125g	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata.	mandarinka 1ks	
obed.	kelova polievka s hubami 0,35l, kura pečené 0,25ks, ryža 190g, kompót marhuľový 100g, čaj 0,3l	Al:1,6,7,9,11
olovrant.	uzol 1ks	Al:1,3,7,8,11
večera-1.	tvarohové knedliky 460g, čaj 0,3l	Al:1,7
*** Streda 21.01.2026 ***		
raňajky.	kakao 0,3l, parížsky rož.-croisant-raňajky 2ks, čaj 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
desiata.	banán 1ks	
obed.	pol. karfiolová so zeleninou 0,25l, pasta sciutta 320g, čaj 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
olovrant.	termix 1ks	Al:7
večera-1.	lahôdkové vajce 1ks, chlieb/D,O,OL,V 100g, špaldová kocka 1ks, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
*** Stvrtok 22.01.2026 ***		
raňajky.	čaj 0,3l, tvarohová-tuniaková pomazánka 61g, chlieb/R 125g	Al:1,3,4,6,7,8,11,
desiata.	jablko 1ks	
obed.	zeleninová polievka domáca 0,35l, klužská kapusta 300g, zemiaky varené 330g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,9,11
olovrant.	zott monte 1ks	Al:5,7,8
večera-1.	burger z bravčového mäsa 221g(m.84g,p.137g), čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,10,11
*** Piatok 23.01.2026 ***		
raňajky.	mlieko 0,3l, bryndzová pomazánka 52g, chlieb/R 125g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	banán 1ks	
obed.	hŕstková polievka 0,35l, rybíe filé vyprážané 150g, zemiakový šalát 400g, čaj 0,3l	Al:1,3,4,6,7,9,10,
olovrant.	koláč 1ks	Al:1,3,6,7,8,11,12
večera-1.	halušky s tvarohom 380g, čaj 0,3l	Al:1,3,7
*** Sobota 24.01.2026 ***		
raňajky.	biela káva 0,3l, nutela 50g, chlieb/R 125g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	detska výživa 1ks	
obed.	horácka polievka 0,35l, sekaná pečienka 120g(m.120g), kapusta hlávková rajčiaková 200g, chlieb/D,O,OL,V 100g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,9,11,
olovrant.	škvarková pomazánka 40g, chlieb/D,O,OL,V 100g	Al:1,3,6,7,8,10,11
večera-1.	rizoto z hydín.mäsa so zelenin 320g, uhorka sterilizovaná 70g, čaj 0,3l	Al:7,9
*** Nedela 25.01.2026 ***		
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 mäsom a rezancami 0,35l(m.12g), kuraci rezeň na šampiňónoch 154g(m.54g,s.100g), tarhoňa 190g(p.190g), čaj 0,3l	Al:1,6,7,9,11
olovrant.	napolitánka 1ks	Al:1,3,5,7,8
večera-1.	nátierka francúzska LUNTER 1ks, chlieb/SV 200g, rajčina 0,5ks, 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: 19.01.2026 - 25.01.2026

Datum tl.: 13.01.2026 Str.: 8

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