

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

Obdobie: 26.01.2026 - 01.02.2026

Datum tl.: 20.01.2026

Str.:

7

RAC - RACIONÁLNA STRAVA

*** Pondelok 26.01.2026 ***

raňajky.	granko 0,3l, eidam tehla na chlieb 1g, maslo-R,V2 30g, chlieb/R 125g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	detska výživa 1ks	
obed.	kyjevské šči 0,35l(m.30g), chlieb/D,O,OL,V 100g, osie hniezda 270g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,9,11,
olovrant.	nátierka mrkvová 41g, chlieb/D,O,OL,V 100g	Al:1,3,6,7,8,11,13
večera-1.	guláš znojenský 164g(m.44g,s.120g), ryža 190g, čaj 0,3l	Al:1

*** Utorok 27.01.2026 ***

raňajky.	čaj 0,3l, varený párok,horčica 214g, chlieb/R 125g	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata.	banán 1ks	
obed.	zeleninová pol. s mrveničkou 0,35l, kačica pečená 220g(m.120g,s.100g), kapusta hlávková dusená 150g, knedla 200g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,9,11
olovrant.	miláčik 1ks	Al:7
večera-1.	palacinky jablkové 300g, čaj 0,3l	Al:1,3,7

*** Streda 28.01.2026 ***

raňajky.	čaj 0,3l, hrianka 167g	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	mandarinka 1ks	
obed.	pol.cícerová so zel.a zemiakmi 250g, morčací paprikáš 184g(m.54g,s.130g), cestovina 225g, čaj 0,3l	Al:1,6,7,9,11
olovrant.	pagáč oškvarkový 1ks	Al:1,3,7,8,11
večera-1.	vajíčkový šalát 1ks, fitnesska 2ks, čaj 0,3l	Al:1,3,6,11

*** Stvrtok 29.01.2026 ***

raňajky.	biela káva 0,3l, tasticca 1ks, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11
desiata.	jablko 1ks	
obed.	polievka milánska 250g, poľský rezeň 144g(m.44g,s.100g), zemiaková kaša 320g, cviklový šalát 150g, čaj 0,3l	Al:1,3,7
olovrant.	puding s ovocným sirupom 100g(s.20g,p.80g)	Al:3,7
večera-1.	brav.plec.s peč.úden.a šampiň. 195g(m.45g,s.150g), tarhoňa 190g(p.190g), čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,9

** Piatok 30.01.2026 ***

raňajky.	kakao 0,3l, tvarohová pomazánka 62g, chlieb/R 125g, paprika pcr 0,5ks, čaj 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
desiata.	krupička 1ks	
obed.	fazuľová pol.s párkom 0,35l(m.15g), granatiersky pochod 370g, uhorka sterilizovaná 70g, čaj 0,3l	Al:1,6,9,11
olovrant.	tuniaková pomazánka 40g, chlieb/D,O,OL,V 100g	Al:1,3,4,6,7,8,11,
večera-1.	tekvicový prívarok 180g, voľské oko 1ks, chlieb/D,O,OL,V 100g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13

** Sobota 31.01.2026 ***

raňajky.	biela káva 0,3l, maslo-R,V2 30g, chlieb/R 125g, rajčina 0,5ks, čaj 0,3l	
desiata.	detska výživa 1ks	
obed.	sedliacka polievka 0,35l, vyprážaný karbonátok 110g, zemiaková kaša 320g, obloha-uhorková 20g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,9,11
olovrant.	salámová pomazánka 42g, chlieb/D,O,OL,V 100g	Al:1,3,6,7,8,10,11
večera-1.	cestoviny s kakaom 300g, čaj 0,3l	Al:1,5,7,8,9,10,11

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

Obdobie: 26.01.2026 - 01.02.2026

Datum tl.: 20.01.2026

Str.:

8

*** Nedela 01.02.2026 ***

raňajky.	káva čierna 0,3l, syrová pomazánka 43g, chlieb/R 125g, red'kovka 1ks,	Al:1,3,6,7,8,11,13
	čaj 0,3l	
desiata.	džús 1ks	
obed.	hov.pol.s cestovinou 0,35l, kuracie prsia na kukurici 144g, ryža 190g,	Al:1,6,7,9,11
	čaj 0,3l	
olovrant.	napolitánka 1ks	Al:1,3,5,7,8
večera-1.	utopenec 1ks, chlieb/SV 200g, čaj 0,3l, bublanina 55g	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