

RAC - RACIONÁLNA STRAVA

*** Pondelok 02.03.2026 ***		
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.	gulášová polievka 0,35l, chlieb/D,O,OL,V 100g, žemlovka s jablkami a orechami 330g, čaj 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
olovrant.	vajcový krém-jemná nátierka 50g, chlieb/D,O,OL,V 100g	Al:1,3,6,7,8,10,11
večera-1.	bravčový pečený bôčik 105g(m.60g,s.45g), zemiaková kaša 320g, šalát sterilizovaný 150g, čaj 0,3l	Al:1,7
*** Utorok 03.03.2026 ***		
raňajky.	čaj 0,3l, varený párok,horčica 214g, chlieb/R 125g	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata.	jablko 1ks	
obed.	pol.pórová so zemiak. a syrom 0,25l, 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.	krupicová kaša 350g, čaj 0,3l	Al:1,5,7,8,9,10,11
*** Streda 04.03.2026 ***		
raňajky.	čaj 0,3l, saláma jemná,horčica,žemla 2ks(m.100g,p.7g)	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata.	mliečna ryža 1ks	Al:7,8
obed.	kapustová pol.s klobásou 0,35l(m.15g), chlieb/D,O,OL,V 100g, bravčový perkelt 195g(m.45g,s.150g), halušky/nočky 225g, uhorka sterilizovaná 70g, čaj 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
olovrant.	perník 80g	Al:1,3,7,12,13
večera-1.	mozzarella 1ks, rajčina 1ks, chlieb/SV 200g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
*** Stvrtok 05.03.2026 ***		
raňajky.	mlieko 0,3l, syrová pomazánka 43g, chlieb/R 125g, red'kovka 1ks, čaj 0,3l	
desiata.	banán 1ks	
obed.	polievka z hlivy ustric.s cest 250g, bravčové rebierko vyprážané 120g(m.120g), zemiakový šalát 400g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,9,10,11
olovrant.	jogurt 1ks	Al:7
večera-1.	špagety s hydinovou pečenou 320g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,9,10
*** Piatok 06.03.2026 ***		
raňajky.	čaj 0,3l, syrové toasty 200g	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	jablko 1ks	
obed.	pol.z mieš.strukovín mliečna 0,25l, domáce plnené buchty-lekvárové 300g, čaj 0,3l	Al:1,3,7,12
olovrant.	mlieko kefirové 1ks, fitneska 1ks	Al:1,3,6,7,11
večera-1.	zemiaky s cibuľkou 330g, volské oko 1ks, čaj 0,3l	Al:3
*** Sobota 07.03.2026 ***		
raňajky.	biela káva 0,3l, maslo,med/raňajky 25g, chlieb/R 125g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	detska výživa 1ks	
obed.	pol.cícerová so zel.a zemiakmi 250g, šampiňóny na smotane 220g, cestovina 225g, čaj 0,3l	Al:1,6,7,9,10,11
olovrant.	tuniová pomazánka 40g, chlieb/D,O,OL,V 100g	Al:1,3,4,6,7,8,11,
večera-1.	zemiak.guláš na sedl.spôsob 450g(m.27g), chlieb/D,O,OL,V 100g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,9,11,

*** Nedela 08.03.2026 ***		
raňajky.....	káva čierna 0,3l, závin 180g, 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), kuracie prsia s ananásom 164g, ryža 190g, čaj 0,3l	Al:1,6,7,9,11
olovrant.....	napolitánka 1ks	Al:1,3,5,7,8
večera-1.....	treska 140g, žemla standart 2ks, čaj 0,3l	Al:1,3,4,6,7,8,10,

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