

RAC - RACIONÁLNA STRAVA***** Pondelok 09.03.2026 *****

raňajky.	kakao 0,3l, maslo-R,V2 30g, chlieb/R 125g, čaj 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
desiata.	detska výživa 1ks	
obed.	polievka írsky 250g(m.20g), chlieb/D,O,OL,V 100g, palacinky s džemom 350g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,9,11,
olovrant.	pagáč zemiakový 1ks	Al:1,3,6,8,11
večera-1.	fazuľový guláš 375g, chlieb/D,O,OL,V 100g, čaj 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1

***** Utorok 10.03.2026 *****

raňajky.	biela káva 0,3l, koláč -raňajky 2ks, čaj 0,3l	Al:1,3,7
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.	termix 1ks	Al:7
večera-1.	nákyp ryžový s jablkmi 360g, čaj 0,3l	Al:3,7

***** Streda 11.03.2026 *****

raňajky.	čaj 0,3l, varený párok,horčica 214g, chlieb/R 125g	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata.	smotanový krém 150g	Al:5,7,8,9,10,11
obed.	zelerová polievka lisovaná 0,35l, žitavská pochúťka 327g(m.72g,s.60g,p.195g), šalát z čínskej kap.s kukurico 120g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,9,11
olovrant.	džús 1ks	
večera-1.	pečenový syr 145g, chlieb/SV 200g, rajčina 1ks, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13

***** Stvrtok 12.03.2026 *****

raňajky.	biela káva 0,3l, eidam tehla na chlieb 1g, maslo-R,V2 30g, chlieb/R 125g, red'kovka biela 50g, čaj 0,3l	
desiata.	banán 1ks	
obed.	hovädz.pol.s pečeňovou ryžou 0,35l(p.60g), pangasius s brok.a syr.omáčkou 229g(m.119g,s.110g), zemiaky varené 330g, čaj 0,3l	Al:1,3,4,5,6,7,8,9
olovrant.	parížsky rožok-croissant 1ks	Al:1,3,6,7
večera-1.	kuraci perkelt 204g(m.54g,s.150g), cestovina 225g, čaj 0,3l	Al:1

***** Piatok 13.03.2026 *****

raňajky.	čaj 0,3l, vajcia na cibuľke 100g, chlieb/R 125g	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	jablko 1ks	
obed.	zemiaková polievka 0,35l, halušky bryndzové 380g, mlieko kefirové 1ks, čaj 0,3l	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.	tofu v cestíčku 130g, zemiaková kaša 320g, uhorka sterilizovaná 70g, čaj 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1

***** Sobota 14.03.2026 *****

raňajky.	granko 0,3l, nátierka syrová s cesnakom 40g, chlieb/R 125g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	detska výživa 1ks	
obed.	krúpová polievka domáca 0,35l, bravč.stehno po juhoslovanke 174g(m.54g,s.120g), ryža 190g, čaj 0,3l	Al:1,6,9,11
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.	opekance s makom 300g, čaj 0,3l	

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

Obdobie: 09.03.2026 - 15.03.2026

Datum tl.: 03.03.2026

Str.: 8

***** Nedela 15.03.2026 *****

raňajky.....	čaj 0,3l, varený párok, horčica 214g, chlieb/R 125g	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata.....	džús 1ks	
obed.....	slepačia polievka 0,35l(m.12g), bravč.pliecko bratislavské 195g(m.45g,s.150g), cestovina 225g, čaj 0,3l	Al:1,6,7,9,11
olovrant.....	chrumky 1ks	Al:1,5
večera-1.....	šalát parížský/vlašský 140g, chlieb/SV 200g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,10,11

Zmena jedálneho lístka vyhradená

.....
riaditeľka ved.str.prev. lekár ved.zdr.úseku diétna sest. 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