

8 - BEZLEPKOVÁ DIÉTA

*** Pondelok 16.03.2026 ***		
raňajky.	granko 0,3l, maslo-R,V2 30g, chlieb/8 R,V2 125g, čaj 0,3l	Al:3,6,7,13
desiata.	detska výživa 1ks	
obed.	juhočeská kulajda/8 250g, kuracie prsia plnené/8 155g(m.90g,s.65g), ryža 190g, obloha-mrkvová 20g, čaj 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
olovrant.	salámová pomazánka 42g, chlieb/8 D,O,OL,V 100g	Al:3,6,7,10,13
večera-1.	šošov.a ryža zapek.s mäsom/8 240g, šalát sterilizovaný 150g, chlieb/8 D,O,OL,V 100g, čaj 0,3l	Al:3,6,7,13
večera-2.	syreček-V2 1ks, chlieb/8 R,V2 125g	

*** Utorok 17.03.2026 ***		
raňajky.	čaj 0,3l, varený párok,horčica 214g, chlieb/8 R,V2 125g	Al:3,6,7,10,13
desiata.	jablko 1ks	
obed.	rajčiaková pol.so syrom/8 0,35l, kuracie stehná vyprážané/8 170g, zemiaková kaša 320g, kompót broskyňový 100g, čaj 0,3l	Al:3,6,7,13
olovrant.	puding so šľahačkou 1ks	Al:7
večera-1.	špagety boloňské/8 2 320g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,9,10
večera-2.	maslo-R,V2 30g, chlieb/8 R,V2 125g	Al:3,6,7,13

*** Streda 18.03.2026 ***		
raňajky.	čaj 0,3l, hrianka/8 167g	
desiata.	banán 1ks	
obed.	hrachová polievka/8 0,35l, bravčové mäso na smotane/8 195g(m.45g,s.150g), cestovina/8 225g, čaj 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
olovrant.	vianočka/8 125g	Al:3,6,13
večera-1.	saláma zelenin.,horčica žemla 2ks(m.150g,p.7g), čaj 0,3l	Al:3,6,7,10,13
večera-2.	detska výživa 1ks	

*** Stvrtok 19.03.2026 ***		
raňajky.	biela káva 0,3l, tvarohová pomazánka 62g, chlieb/8 R,V2 125g, red'kovka 1ks, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,13
desiata.	jablko 1ks	
obed.	pol. karfiolová so zeleninou/8 0,25l, roštenka prírodná/8 164g(m.44g,s.120g), ryža 190g, cviklový šalát 150g, čaj 0,3l	Al:3,6,7,9,13
olovrant.	jogurt 1ks	Al:7
večera-1.	peč.zemiaky s maslom,špekačka 450g, chlieb/8 D,O,OL,V 100g, mlieko kefirové 1ks, čaj 0,3l	Al:3,6,7,13
večera-2.	paštéta 48g 1ks, chlieb/8 R,V2 125g	Al:1,3,6,7,13

*** Piatok 20.03.2026 ***		
raňajky.	čaj 0,3l, nátierka z tuniaka s mrkvou 40g, chlieb/8 R,V2 125g	Al:3,4,6,7,13
desiata.	banán 1ks	
obed.	zemiaková pol.gulášová/8 0,35l, špenátové halušky so syr.oma/8 345g(s.95g,p.250g), čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,9,11,13
olovrant.	termix 1ks	Al:7
večera-1.	bravčové rebierko na rasci/8 180g(m.60g,s.120g), zemiaková kaša 320g, obloha-uhorková 20g, čaj 0,3l	Al:3,6,7,13
večera-2.	vajce/V2, chlieb/8 R,V2 125g	

*** Sobota 21.03.2026 ***		
raňajky.	kakao 0,3l, džem 40g, chlieb/8 R,V2 125g, čaj 0,3l	Al:3,5,6,7,8,9,10,
desiata.	detska výživa 1ks	
obed.	polievka cesnáková so zemiakm 0,35l, slovenské rizoto/8 300g(m.45g), uhorka sterilizovaná 70g, čaj 0,3l	Al:3,6,9,11
olovrant.	vianočka/8 125g	Al:3,6,13

večera-1.	kapust.pol.s klobás-kapustni/8 0,5l(m.50g), chlieb/8 D,O,OL,V 100g, čaj 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
večera-2.	maslo-R,V2 30g, chlieb/8 R,V2 125g	Al:3,6,7,13
*** Nedela 22.03.2026 ***		
raňajky.	káva čierna 0,3l, škvarková pomazánka 40g, chlieb/8 R,V2 125g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,10,13
desiata.	džús 1ks	
obed.	hov.pol.s cestovinou/8 0,35l, ázijská kuracia panvica 109g(m.54g,s.55g), ryža 190g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,9,11
olovrant.	napolitánka/8 1ks	Al:3,5,7,8
večera-1.	žervé klasik 1ks(p.90g), chlieb/8 SV 200g, rajčina 1ks, čaj 0,3l	Al:3,6,7,13
večera-2.	jogurt biely 1ks	Al:7