

RAC - RACIONÁLNA STRAVA***** Pondelok 14.09.2026 *****

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.	pol.z hlávk.kap.s mäsa zemiak 250g(m.0,15g), chlieb/D,O,OL,V 100g, bravč.stehno po juhoslovanky 174g(m.54g,s.120g), tarhoňa 190g(p.190g), šalát z čínskej kap.s kukurico 120g, sirupová voda 0,3l	Al:1,3,6,7,8,9,11,
olovrant.	drožd'ová pomazánka 30g, chlieb/D,O,OL,V 100g	Al:1,3,6,7,8,11,13
večera-1.	šošov.a ryža zapek.s mäsom 240g, chlieb/D,O,OL,V 100g, obloha-uhorková 20g, čaj 0,3l	

***** Utorok 15.09.2026 *****

raňajky.	biela káva 0,3l, bryndzová pomazánka 52g, chlieb/R 125g, paprika pcr 0,5ks, čaj 0,3l	
desiata.	hruska 1ks	
obed.	rajčiaková pol.so zemiakmi 0,35l, hydínový karbonátok 125g, zemiaková kaša 320g, obloha-mrkvová 20g, citronáda 0,25l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
olovrant.	osie hniezdo 80g	Al:1,3,6,7,8,11
večera-1.	špagety boloňské 2 320g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,9,10

***** Streda 16.09.2026 *****

raňajky.	čaj 0,3l, šalát parížský/vlašský 140g, fitnesska 2ks	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata.	hrozno 200g	
obed.	polievka z hlavy ustric.s cest 250g, kurča tabaka-ruská receptúra 176g(m.126g,s.50g), ryža 190g, uhorkový šalát 165g, sirupová voda 0,3l	Al:1,6,7,9,11
olovrant.	puding so šľahačkou 1ks	Al:7
večera-1.	slovenské rizoto 300g(m.45g), uhorka sterilizovaná 70g, čaj 0,3l	Al:1

***** Stvrtok 17.09.2026 *****

raňajky.	mlieko 0,3l, nátierka syrová s cesnakom 40g, chlieb/R 125g, rajčina 1ks, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	jablko 1ks	
obed.	kotlíkový guláš 2 0,5l, závin 250g 1ks, sirupová voda 0,3l	Al:1,3,6,7,8,9,11,
olovrant.	jogurt 1ks	Al:7
večera-1.	cestov.zapeč.so šunk.a zelenin 360g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,9

***** Piatok 18.09.2026 *****

raňajky.	čaj 0,3l, tuniaková pomazánka 40g, rajčina 1ks, chlieb/R 125g	Al:1,3,4,6,7,8,11,
obed.	pol.z mieš.strukovín mliečna 0,25l, palacinky s tvarohom 400g, čaj 0,3l	Al:1,3,7
olovrant.	uzol 1ks	Al:1,3,7,8,11
večera-1.	zapekaná brokolica so syrom 260g, zemiaková kaša 320g, obloha-uhorková 20g, čaj 0,3l	Al:1,3,7

***** Sobota 19.09.2026 *****

raňajky.	biela káva 0,3l, maslo-R,V2 30g, varené vajce 1ks, chlieb/R 125g, paprika pcr 0,5ks, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	detska výživa 1ks	
obed.	zeleninová pol.zapražená 0,35l, klopsy s rajč.omáčkou 300g(m.100g,s.200g), zemiaky štuchané 330g, sirupová voda 0,3l	Al:1,3,6,7,8,9,11
olovrant.	večka 1ks	Al:1,3,6,7,8,12
večera-1.	fazuľový guláš 375g, chlieb/D,O,OL,V 100g, čaj 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1

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

Obdobie: 14.09.2026 – 20.09.2026

Datum tl.: 08.09.2026

Str.: 8

*** Nedela 20.09.2026 ***

raňajky.	čaj 0,3l, varený párok,horčica 214g, chlieb/R 125g	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata.	džús 1ks	
obed.	hov.pol.s cestovinou 0,35l, morčacie prsia vyprážané 110g, ryža 190g, obloha-rajčinová 20g, citronáda 0,25l	Al:1,3,6,7,9,11
olovrant.	napolitánka 1ks	Al:1,3,5,7,8
večera-1.	šunkové závitky 1ks, chlieb/SV 200g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,9,10,

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