

RAC - RACIONÁLNA STRAVA

*** Pondelok 21.09.2026 ***		
raňajky.	granko 0,3l, maslo-R, V2 30g, chlieb/R 125g, paprika pcr 0,5ks, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	detska výživa 1ks	
obed.	polievka zo zeleného hrášku 250g, kačica pečená 220g(m.120g,s.100g), kapusta hlávková dusená 150g, knedľa 200g, sirupová voda 0,3l	Al:1,3,6,7,9,11
olovrant.	šunková pena 70g, chlieb/D,O,OL,V 100g	Al:1,3,6,7,8,11,13
večera-1.	granatiersky pochod 370g, uhorka sterilizovaná 70g, čaj 0,3l	Al:1
*** Utorok 22.09.2026 ***		
raňajky.	čaj 0,3l, vajíčkový šalát 1ks, žemľa standart 2ks	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata.	hrozno 200g	
obed.	polievka z tekvice hokkaidó 250g, morčac.prsia zapekané so syro 104g(m.54g,s.50g), ryža 190g, šalát paprikový s rajčiakmi 150g, citrónáda 0,25l	Al:1,7
olovrant.	saláma inovec,horčica,žemľa 1ks(m.50g,p.7g)	Al:1,3,6,7,8,10,11
večera-1.	žemlovka s jablkami a orechami 330g, čaj 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,11,
*** Streda 23.09.2026 ***		
raňajky.	biela káva 0,3l, tvarohová pomazánka 62g, chlieb/R 125g, rajčina 1ks, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	hruska 1ks	
obed.	polievka hrachová s párkom 0,33l, losos na cesnaku s pórom 160g, zemiaková kaša 320g, šalát mix 110g, koláč 1ks, sirupová voda 0,3l	Al:1,3,4,6,7,8,11,
olovrant.	zott monte 1ks	Al:5,7,8
večera-1.	burger z bravčového mäsa 221g(m.84g,p.137g), čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,10,11
*** Stvrtok 24.09.2026 ***		
raňajky.	čaj 0,3l, nátierka mrkvová 41g, chlieb/R 125g, rajčina 0,5ks	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	banán 1ks	
obed.	zeleninová pol. s mrveničkou 0,35l, nítrianske bravčové stehno 196g(m.46g,s.150g), cestovina 225g, citrónáda 0,25l	Al:1,6,7,9,10,11
olovrant.	krehké jablkové rezy 80g	Al:1,3,7,13
večera-1.	kuracie prsia na zelenine 174g(m.54g,s.120g), ryža 190g, čaj 0,3l	Al:1,9
*** Piatok 25.09.2026 ***		
raňajky.	čaj 0,3l, tuniaková pomazánka 40g, chlieb/R 125g, paprika pcr 0,5ks	Al:1,3,4,6,7,8,11,
desiata.	hrozno 200g	
obed.	fazuľková polievka kyslá 0,35l, koláč slivkový kysnutý 320g, čaj 0,3l, banán 1ks	Al:1,3,7
olovrant.	termix 1ks	Al:7
večera-1.	halušky s tvarohom a smotanou 320g, čaj 0,3l	Al:1,3,7
*** Sobota 26.09.2026 ***		
raňajky.	biela káva 0,3l, jogurt 1ks, fitneska 1ks, večka 1ks, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,12
desiata.	detska výživa 1ks	
obed.	krúpová polievka domáca 0,35l, hovädzie mäso na hubách 160g(m.40g,s.120g), tarhoňa 190g(p.190g), citrónáda 0,25l	Al:1,6,9,11
olovrant.	pagáč oškvarkový 1ks	Al:1,3,7,8,11
večera-1.	sekaná pečienka 120g(m.120g), kapusta hlávková rajčiaková 200g, chlieb/D,O,OL,V 100g, čaj 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13

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

Obdobie: 21.09.2026 - 27.09.2026

Datum tl.: 16.09.2026

Str.:

8

*** Nedela 27.09.2026 ***

raňajky.	káva čierna 0,3l, škvarková pomazánka 40g, chlieb/R 125g,	Al:1,3,6,7,8,10,11
	paprika pcr 0,5ks, čaj 0,3l	
desiata.	džús 1ks	
obed.	hov.pol.s cestovinou 0,35l,	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
	kurac.stehná b.k.peč.na masle 183g(m.108g,s.75g), ryža 190g,	
	kompót marhuľový 100g, zákusok, pitná voda 0,3l	
olovrant.	napolitánka 1ks	Al:1,3,5,7,8
večera-1.	lučina 1ks, chlieb/SV 200g, rajčina 1ks, čaj 0,3l	Al:1,3,4,6,7,8,11,

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