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

Obdobie: 28.09.2026 - 04.10.2026 Datum tl.: 22.09.2026 Str.: 7

RAC - RACIONÁLNA STRAVA

***** Pondelok 28.09.2026 *****

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	*zeleninová pol.so zemiakmi 0,35l,*	Al:1,6,7,9,11
	bravč.stehno na viedenský spôs 195g(m.45g,s.150g), cestovina 225g,	
	sirupová voda 0,3l	
olovrant	*paštéková pomazánka 23g, chlieb/D,O,OL,V 100g*	Al:1,3,6,7,8,11,13
večera-1	*ázijská kuracia panvica 109g(m.54g,s.55g), ryža 190g, čaj 0,3l*	Al:6

***** Utorok 29.09.2026 *****

raňajky	*čaj 0,3l, varený párok,horčica 214g, chlieb/R 125g*	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata	*hrozno 200g*	
obed	*fazuľová pol.s cestovinou 0,35l,*	Al:1,6,7,9,11
	hovädzie filé kopaničiarske 123g(m.43g,s.80g), zemiaková kaša 320g,	
	šalát srbský 150(,p.150g), sirupová voda 0,3l	
olovrant	*jogurt 1ks*	Al:7
večera-1	*cestoviny s tvarohom-sladko 300g(m.300g), čaj 0,3l*	Al:1,7

***** Streda 30.09.2026 *****

raňajky	*kakao 0,3l, vianočka 180g, džem 40g, čaj 0,3l*	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
desiata	*jablko 1ks*	
obed	*juhočeská kulajda 250g,*	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
	morč.prsia na pražský spôsob 140g(m.70g,s.70g), ryža 190g,	
	šalát uhorkový s rajčiakami 160g(,p.160g), citronáda 0,25l	
olovrant	*puding so šľahačkou 1ks*	Al:7
večera-1	*gazdovský guláš 300g(m.44g,s.256g), chlieb/D,O,OL,V 100g, čaj 0,3l*	Al:1,3,6,7,8,11,13

***** Stvrtok 01.10.2026 *****

raňajky	*čaj 0,3l, syrové toasty 200g*	
desiata	*banán 1ks*	
obed	*polievka gazdovská kuracia 280g(m.15g),*	Al:1,3,6,7,9,11
	bravčové rebierko sikulské 215g(m.65g,s.150g), knedla 200g,	
	sirupová voda 0,3l	
olovrant	*sardinková pomazánka 40g, chlieb/D,O,OL,V 100g*	Al:1,3,4,6,7,8,11,
večera-1	*guláš zo syra tofu 180g, ryža 190g, čaj 0,3l*	Al:1,3,5,6,7,8,9,1

***** Piatok 02.10.2026 *****

raňajky	*biela káva 0,3l, nátierka syrová s cesnakom 40g, chlieb/R 125g,*	Al:1,3,6,7,8,11,13
	rajčina 0,5ks, čaj 0,3l	
desiata	*jablko 1ks*	
obed	*hŕstková polievka 0,35l, rybie filé vyprážané 150g,*	Al:1,3,4,6,7,9,11
	zemiaková kaša 320g, uhorka sterilizovaná 70g, sirupová voda 0,3l	
olovrant	*koláč 1ks*	Al:1,3,6,7,8,11,12
večera-1	*špenátové halušky so syr.omačk 345g(,s.95g,p.250g), čaj 0,3l*	Al:1,3,6,7,9,11

***** Sobota 03.10.2026 *****

raňajky	*kakao 0,3l, maslo,med/raňajky 25g, chlieb/R 125g, čaj 0,3l*	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
desiata	*detska výživa 1ks*	
obed	*polievka mrkvová 250g, bravčové mäso na rošte 75g(m.45g,s.30g),*	Al:1,7,10
	zemiaky opekané 380g, sirupová voda 0,3l	
olovrant	*banán 1ks*	
večera-1	*lečo s ryžou a údeninou 400g, 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: 28.09.2026 - 04.10.2026 Datum tl.: 22.09.2026 Str.: 8

***** Nedela 04.10.2026 *****

raňajky.....	***káva čierna 0,3l, salámová pomazánka 42g, chlieb/R 125g, paprika pcr 0,5ks, čaj 0,3l***	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata.....	***džús 1ks***	
obed.....	***hov.pol.s mäsom a rezancami 0,35l(m.12g), kuracie prsia na hrášku 184g(m.0,54g,s.130g), ryža 190g, sirupová voda 0,3l***	Al:1,6,7,9,11
olovrant.....	***chrumky 1ks***	Al:1,5
večera-1.....	***treska 140g, chlieb/SV 200g, 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