8 - BEZLEPKOVÁ DIÉTA

***** Pondelok 12.10.2026 *****

raňajky	***granko 0,3l, eidam tehla na chlieb 1g, maslo-R,V2 30g, reďkovka biela 50g, chlieb/8 R,V2 125g, čaj 0,3l***	Al:3,6,7,13
desiata	***detska výživa 1ks***	
obed	***gulášová polievka/8 0,35l, chlieb/8 D,O,OL,V 100g, cestoviny s makom/8 300g, čaj 0,3l***	Al:1,3,6,7,9,11,13
olovrant	***saláma inovec,horčica,žemla/8 1ks(m.50g,p.7g)***	Al:3,6,7,10,13
večera-1	***hov.mäso v mrkve/8 194g(m.44g,s.150g), zemiaky šťuchané 330g, čaj 0,3l***	Al:3,6,7,13
večera-2	***syreček-V2 1ks, chlieb/8 R,V2 125g***	

***** Utorok 13.10.2026 *****

raňajky	***čaj 0,3l, varený párok,horčica 214g, chlieb/8 R,V2 125g***	Al:3,6,7,10,13
desiata	***banán 1ks***	
obed	***šošovicová pol.so zemiakmi 0,35l, bravčové rebierko srbské/8 185g(m.65g,s.120g), tarhoňa/8 190g, čaj 0,3l***	Al:3,6,7,9,11,13
olovrant	***napolitánka/8 1ks***	Al:3,5,7,8
večera-1	***zeleninové rizoto 350g, čaj 0,3l***	Al:7,9
večera-2	***maslo-R,V2 30g, chlieb/8 R,V2 125g***	Al:3,6,7,13

***** Streda 14.10.2026 *****

raňajky	***biela káva 0,3l, bryndzová pomazánka 52g, chlieb/8 R,V2 125g, rajčina 1ks, čaj 0,3l***	Al:1,3,6,7,13
desiata	***hrozno 200g***	
obed	***kelová polievka/8 0,35l, kuraci rezeň na šampiňónoch/8 154g(m.54g,s.100g), ryža 190g, šalát z hlávkovej kap.s mrkvo 120g, čaj 0,3l***	Al:1,3,6,7,9,11,13
olovrant	***vianočka/8 125g***	Al:3,6,13
večera-1	***peč.zemiaky s maslom,špekačka 450g, chlieb/8 D,O,OL,V 100g, mlieko kefírové 1ks, čaj 0,3l***	Al:3,6,7,13
večera-2	***detska výživa 1ks***	

***** Stvrtok 15.10.2026 *****

raňajky	***čaj 0,3l, vajcia na cibuľke 100g, chlieb/8 R,V2 125g***	Al:3,6,7,13
desiata	***banán 1ks***	
obed	***zeleninová pol.s ryžou 0,35l, plnená paprika/8 310g(m.110g,s.200g), zemiaky varené 330g, čaj 0,3l***	Al:1,3,6,7,9,11,13
olovrant	***termix 1ks***	Al:7
večera-1	***bravčový guláš/8 194(m.45g,s.150g), cestovina/8 225g, čaj 0,3l***	Al:3,6,7,13
večera-2	***saláma-šunková 50g, chlieb/8 R,V2 125g***	

***** Piatok 16.10.2026 *****

raňajky	***mlieko 0,3l, eidam tehla platky 50g, maslo-R,V2 30g, varené vajce 1ks, rajčina 1ks, chlieb/8 R,V2 125g, čaj 0,3l***	
desiata	***jablko 1ks***	
obed	***boršč slovenský 0,35l(m.20g), chlieb/8 D,O,OL,V 100g, vyprážaný syr/8 100g, zemiaky opekané 380g, kečup 25g, čaj 0,3l***	Al:1,3,6,7,13
olovrant	***jogurt 1ks***	Al:7
večera-1	***nákyp ryžový s jablkmi 360g, čaj 0,3l***	Al:3,7
večera-2	***maslo-R,V2 30g, chlieb/8 R,V2 125g***	Al:3,6,7,13

***** Sobota 17.10.2026 *****

raňajky	***čaj 0,3l, nátierka z tuniaka s mrkvou 40g, chlieb/8 R,V2 125g, paprika pcr 0,5ks***	Al:3,4,6,7,13
desiata	***detska výživa 1ks***	
obed	***údená polievka s ryžou 0,35l, hrachová kaša s cibuľkou/8 345g,***	Al:1,3,6,7,9,11,13

	bravč.mäso údené 52g, chlieb/8 D,O,OL,V 100g, čaj 0,3l	
olovrant.	***vianočka/8 125g***	Al:3,6,13
večera-1.	***špagety s hydinovou pečenou/8 320g, čaj 0,3l***	Al:1,3,6,7,9,10
večera-2.	***cottyge syr 180g***	Al:7

***** Nedela 18.10.2026 *****

raňajky.	***káva čierna 0,3l, škvarková pomazánka 40g, cibuľa/na chlieb 20g, 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, kuracie prsia na smotane/8 174g(m.54g,s.120g), cestovina/8 225g, zákusok/8, čaj 0,3l***	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
olovrant.	***napolitánka/8 1ks***	Al:3,5,7,8
večera-1.	***mozzarella 1ks, chlieb/8 SV 200g, rajčina 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