RAC - RACIONÁLNA STRAVA

***** Pondelok 02.11.2026 *****

raňajky	***granko 0,3l, eidam tehla na chlieb 1g, 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	***zeleninová pol.so zemiakmi 0,35l, bravč.guláš segedínsky 265g(m.45g,s.220g), knedla 200g, čaj 0,3l***	Al:1,3,6,7,9,11
olovrant	***miláčik 1ks***	Al:7
večera-1	***gulášová polievka - desiatová 0,5l(m.50g), chlieb/D,O,OL,V 100g, čaj 0,3l***	Al:1,3,6,7,8,9,11,

***** Utorok 03.11.2026 *****

raňajky	***čaj 0,3l, varený párok,horčica 214g, chlieb/R 125g***	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata	***hrozno 200g***	
obed	***rajčiaková pol.s cestovinou 0,35l, važecká pochúťka 309g(m.54g,s.60g,p.195g), šalát z čínskej kap.s kukurico 120g, čaj 0,3l***	Al:1,3
olovrant	***pagáč oškvarkový 1ks***	Al:1,3,7,8,11
večera-1	***prívarok fazuľkový 220g, volské oko 1ks, chlieb/D,O,OL,V 100g, čaj 0,3l***	Al:1,3,6,7,8,11,13

***** Streda 04.11.2026 *****

raňajky	***mlieko 0,3l, koláč 1ks, jogurt 1ks, fitneska 1ks, čaj 0,3l***	Al:1,3,6,7,8,11,12
desiata	***jablko 1ks***	
obed	***pol. karfiolová so zeleninou 0,25l, bravčové rebierko vyprážané 120g(m.120g), zemiakový šalát 400g, čaj 0,3l***	Al:1,3,7,9,10
olovrant	***puding so šľahačkou 1ks***	Al:7
večera-1	***šošov.a ryža zapek.s mäsom 240g, uhorka sterilizovaná 70g, chlieb/D,O,OL,V 100g, čaj 0,3l***	Al:1,3,6,7,8,11,13

***** Stvrtok 05.11.2026 *****

raňajky	***čaj 0,3l, syrové toasty 200g***	
desiata	***banán 1ks***	
obed	***polievka brokolicová 250g, kurací stroganov 220g(m.70g,s.150g), ryža 190g, čaj 0,3l***	Al:1,6,7,9,10,11
olovrant	***krehké jablkové rezy 80g***	Al:1,3,7,13
večera-1	***bravčový perkelt 195g(m.45g,s.150g), cestovina 225g, čaj 0,3l***	Al:1

***** Piatok 06.11.2026 *****

raňajky	***čaj 0,3l, vajcia na cibuľke 100g, chlieb/R 125g***	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata	***mandarinka 1ks***	
obed	***pol.z mieš.strukovín mliečna 0,25l, pirohy lekvárové so strúhankou 350g, čaj 0,3l***	Al:1,3,7,12
olovrant	***sardinková pomazánka 40g, chlieb/D,O,OL,V 100g***	Al:1,3,4,6,7,8,11,
večera-1	***zemiaky zapekané so syrom 400g, uhorka sterilizovaná 70g, čaj 0,3l***	Al:3,7

***** Sobota 07.11.2026 *****

raňajky	***biela káva 0,3l, maslo-R,V2 30g, chlieb/R 125g, rajčina 1ks, čaj 0,3l***	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata	***detska výživa 1ks***	
obed	***škótska polievka 0,35l, hovädzie mäso s cestov.a bakla 350g(m.43g,s.307g), šalát sterilizovaný 150g, čaj 0,3l***	Al:1,6,7,9,11
olovrant	***pletenec syrový 1ks***	Al:1,7,11,13
večera-1	***pečená klobása 214g, chlieb/D,O,OL,V 100g, čaj 0,3l***	Al:1,3,6,7,8,10,11

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

Obdobie: 02.11.2026 - 08.11.2026 Datum tl.: 27.10.2026

***** Nedela 08.11.2026 *****

raňajky.....	***káva čierna 0,3l, salámová pomazánka 42g, chlieb/R 125g, čaj 0,3l***	
desiata.....	***džús 1ks***	
obed.....	***hov.polievka s celest.rezanca 0,33l, kuracie prsia na kukurici 144g, ryža 190g, čaj 0,3l***	Al:1,3,6,7,9,11
olovrant.....	***chrumky 1ks***	Al:1,5
večera-1.....	***pečenový syr 145g, chlieb/SV 200g, reďkovka biela 50g, čaj 0,3l***	Al:1,3,6,7,8,11,13

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