

# JEDÁLNY LÍSTOK NA OBDOBIE OD 13. 1. 2025 DO 19. 1. 2025

Deň	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera
Po 13.1.	Pečivo celozrné (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 100 g Maslo rastlinné (7) - porcia: 40 g Syr plátkový (7) - porcia: 30 g Mlieko kakaové (Obsahuje: 6, 7) - porcia: 250 g	Mandarínky - porcia: 200 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	Polievka hrachová s pohánkou a zemiakmi (Obsahuje: 1, 5, 6, 8, 9, 10, 11) - porcia: 250 g Važecká pochúťka (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 8, 9, 10, 11) - porcia - mäso: 54 g, placka: 195, šťava: 60 g Ryža dusená - porcia: 190 g Zeleninová obloha – kapusta, mrkva, kukurica - porcia: 80 g	Pizzový slimák (Obsahuje: 1, 3, 6, 7) - porcia 1ks (80g)	Hovädzí guláš bratislavský (Obsahuje: 1, 7, 9) - šťava: 130 g, porcia: 52 g Cestoviny (Obsahuje: 1, 3) - porcia: 185 g
Ut 14.1.	Chlieb pšeničný (R) (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 150 g Nátierka drožďová s mrkvou (3, 7) - porcia: 60 g Zeleninová obloha - cibuľa jarná - porcia: 19 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	Banány - porcia: 250 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	Polievka kelová s párkom (Obsahuje: 1, 5, 6, 8, 9, 10, 11) - porcia: 250 g, párky: 15 g Bravčové stehno po juhoslovansky (1, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12) - porcia: 54 g, šťava: 120 g Tarhoňa dusená (1, 3) - porcia: 210 g Šalát ľadový s paradajkou a bazalkou - porcia: 120g	Makový závin (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8) - porcia: 80g	Zemiaky zapekané so syrom a vajcom (Obsahuje: 1, 3, 7) - porcia: 360 g Kyslá uhorka (Obsahuje: 10) - porcia: 100 g
St 15.1.	Chlieb pšeničný (R) (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 150 g Francúzska nátierka (1, 6, 10, 11) - porcia: 60g Paradajky - porcia: 36 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	Jablká - porcia: 200 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	Polievka hovädzia (Obsahuje: 1, 6, 7, 9, 10, 11) - mäso: 54 g, porcia: 250 g Cestovina (Obsahuje: 1, 3) - porcia: 20 g Hovädzie mäso varené (9, 12) - mäso: 52 g Omáčka kôprová (Obsahuje: 1, 7) - porcia: 150 g Knedľa kysnutá (1, 3, 7) - porcia: 150 g	Pečivo tukové (OL) (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 50 g Smotanový syr - trojuholníčky (7) - porcia: 16 g	Bravčová pečeň na cibuli (Obsahuje: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11) - šťava: 100 g, porcia: 55 g Slovenská ryža (1, 3) - porcia: 200 g Šalát zo sterilizovanej cvikly - porcia: 100 g
Št 16.1.	Chlieb pšeničný (R) (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 150 g Nátierka z trešče pečene (R) (Obsahuje: 4, 7) - porcia: 60 g Zeleninová obloha - pór - porcia: 16 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	Kiwi - porcia: 200 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	Polievka cícerová so zeleninou a zemiakmi (Obsahuje: 1, 5, 6, 8, 9, 10, 11) - porcia: 250 g Špagety s mäsom a syrom (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11) - porcia: 310 g Šalát z hlávkovej kapusty s jablkami - porcia: 100 g Džús - porcia: 250g	Pečivo celozrné (OL,V2) (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 50 g Paštéta OL,V2 (Obsahuje: 1, 3, 6, 7) - porcia: 40g	Lahôdkový syr tofu na šampiňoch (Obsahuje: 1, 5, 6, 7, 9, 10, 11) - porcia: 185g Zemiaky varené s maslom II. (Obsahuje: 7) - porcia: 250 g
Pi 17.1.	Pečivo celozrné (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 100 g Maslo rastlinné (7) - porcia: 40 g Varené vajcia (3) - porcia: 100 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	Mandarínky - porcia: 200 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	Polievka zeleninová s drožďovými haluškami (Obsahuje: 1, 3, 7, 9) - porcia: 250 g Žemľovka s tvarohom a jablkami II (Obsahuje: 1, 3, 5, 7, 8, 11, 12) - porcia: 360 g Voda s ovocným sirupom - porcia: 250 g	Mlieko banánové (Obsahuje: 7) - porcia: 250 g Cereálne výrobky (1, 5, 7, 8) - porcia: 50 g	Rizoto so zeleninou a syrom (Obsahuje: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11) - porcia: 330 g Kyslá uhorka (Obsahuje: 10) - porcia: 100 g
So 18.1.	Chlieb pšeničný (R) (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 150 g Nátierka vlašská (R) (Obsahuje: 3, 7, 10) - porcia: 60 g Zeleninová obloha - redkova - porcia: 24 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	Banány - porcia: 250 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	Polievka z hlívy ustricovej s cestovinou (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12) - porcia: 250 g Bravčové rebierko maďarské (Obsahuje: 1, 5, 6, 8, 9, 10, 11) - šťava: 70 g, porcia: 54 g Ryža dusená - porcia: 190 g Šalát zo sterilizovanej cvikly - porcia: 100 g	Pečivo tukové (OL) (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 50 g Krém čokoládovo-orieškový porc. (Obsahuje: 6, 7, 8) - porcia: 15 g	Zemiakový guláš so špekačkami (Obsahuje: 1, 5, 6, 8, 9, 10, 11) - porcia: 330 g Chlieb k prívarku celozrný (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 100 g
Ne 19.1.	Chlieb pšeničný (R) (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 150 g maslo (Obsahuje: 7) - porcia: 40 g Med porcovaný - porcia: 20g Biela káva (Obsahuje: 1, 7) - porcia: 250 g	Pomaranče - porcia: 250 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	Polievka kuracia (Obsahuje: 1, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 12) - mäso: 15 g, porcia: 250 g Cestovina (Obsahuje: 1, 3) - porcia: 20 g Hovädzie na spôsob Stroganov (Obsahuje: 1, 4, 6, 7, 9, 10, 11) - šťava: 90 g, porcia: 52 g Hranolky pečené v rúre - porcia: 165 g Tatárska omáčka (Obsahuje: 3, 10) - porcia: 20 g	Jogurt ovocný (Obsahuje: 7) - porcia - g: 100 g	Chlieb pšeničný (V) (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 200g Maslo rastlinné (Obsahuje: 7) - porcia: 40 g Šunka dusená (V) - porcia: 100 g Paprika (V) - porcia: 80 g Čaj ovocný - porcia: 250 g

Zmena jedálneho lístka je vyhradená.

Vypracoval: .....

Schválil: .....

## DIA - JEDÁLNY LÍSTOK NA OBDOBIE OD 13. 1. 2025 DO 19. 1. 2025

Deň	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
<b>Po</b> <b>13.1.</b>	<b>DIA</b> Pečivo celozrné - porcia: 100 g Maslo rastlinné - porcia: 40 g Syr plátkový - porcia: 30 g Mlieko kakaové - porcia: 250 g	<b>DIA</b> Mandarínky - porcia: 200 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	<b>DIA</b> Polievka hrachová s pohánkou a zemiakmi - porcia: 250 g Važecká pochúťka - porcia - mäso: 54 g, placka: 195, šťava: 60 g Ryža dusená - porcia: 190 g Zeleninová obloha – kapusta, mrkva, kukurica - porcia: 80 g	<b>DIA</b> Pizzový slimák - porcia 1ks (80g)	<b>DIA</b> Hovädzí guláš bratislavský - šťava: 130 g, porcia: 52 g Cestoviny - porcia: 185 g	<b>DIA</b> Chlieb pšeničný (V2) - porcia: 50 g maslo nátierkové - porcia: 30 g Zeleninová obloha - mrkva - porcia: 24 g
<b>Ut</b> <b>14.1.</b>	<b>DIA</b> Chlieb pšeničný (R) - porcia: 150 g Nátierka drožďová s mrkvou (R) - porcia: 60 g Zeleninová obloha - cibuľa jamá - porcia: 19 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	<b>DIA</b> Banány - porcia: 250 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	<b>DIA</b> Polievka kelová s párkom - porcia: 250 g, párky: 15 g Bravčové stehno po juhoslovansky - porcia: 54 g, šťava: 120 g Tarhoňa dusená - porcia: 210 g Šalát ľadový s paradajkou a bazalkou - porcia: 120g	<b>DIA</b> Jogurt biely PRO BIO - porcia - g: 135 g	<b>DIA</b> Zemiaky zapekané so syrom a vajcom - porcia: 360 g Kyslá uhorka - porcia: 100 g	<b>DIA</b> Chlieb pšeničný (V2) - porcia: 50 g Francúzska nátierka (OL,V2) - porcia: 30g Zeleninová obloha - paprika - porcia: 30 g
<b>St</b> <b>15.1.</b>	<b>DIA</b> Chlieb pšeničný (R) - porcia: 150 g Francúzska nátierka - porcia: 60g Zeleninová obloha - paradajky - porcia: 36 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	<b>DIA</b> Jablká - porcia: 200 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	<b>DIA</b> Polievka hovädzia - mäso: 54 g, porcia: 250 g Cestovina - porcia: 20 g Hovädzie mäso varené - mäso: 52 g Omáčka kôprová - porcia: 150 g Knedľa kysnutá - porcia: 150 g	<b>DIA</b> Pečivo tukové (OL) - porcia: 50 g Smotanový syr - trojuholníčky (OL) - porcia: 16 g	<b>DIA</b> Bravčová pečeň na cibuli - šťava: 100 g, porcia: 55 g Slovenská ryža - porcia: 200 g Šalát zo sterilizovanej cvikly - porcia: 100 g	<b>DIA</b> Chlieb pšeničný (V2) - porcia: 50 g maslo V2 - porcia: 20g Varené vajcia (OL,V2) - porcia : 50 g
<b>Št</b> <b>16.1.</b>	<b>DIA</b> Chlieb pšeničný (R) - porcia: 150 g Nátierka z tresčej pečene (R) - porcia: 60 g Zeleninová obloha - pór - porcia: 16 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	<b>DIA</b> Kiwi - porcia: 200 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	<b>DIA</b> Polievka cícerová so zeleninou a zemiakmi - porcia: 250 g Špagety s mäsom a syrom - porcia: 310 g Šalát z hlávkovej kapusty s jablkami - porcia: 100 g Napolitánka DIA - porcia - 30g	<b>DIA</b> Pečivo celozrné (OL,V2) - porcia: 50 g Paštéta OL,V2 - porcia: 40g	<b>DIA</b> Lahôdkový syr tofu na šampiňoch - porcia: 185g Zemiaky varené s maslom II. - porcia: 250 g	<b>DIA</b> Chlieb pšeničný (V2) - porcia: 50 g maslo V2 - porcia: 20g Syr tvrdý - porcia: 30 g
<b>Pi</b> <b>17.1.</b>	<b>DIA</b> Pečivo celozrné - porcia: 100 g Maslo rastlinné - porcia: 40 g Varené vajcia (R) - porcia: 100 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	<b>DIA</b> Mandarínky - porcia: 200 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	<b>DIA</b> Polievka zeleninová s drožďovými haluškami - porcia: 250 g Sójové soté - porcia: 160 g Americké zemiaky pečené v rúre - porcia: 165 g	<b>DIA</b> Cereálne výrobky - porcia: 50 g Detská výživa - porcia: 200 g	<b>DIA</b> Rizoto so zeleninou a syrom - porcia: 330 g Kyslá uhorka - porcia: 100 g	<b>DIA</b> Chlieb pšeničný (V2) - porcia: 50 g maslo V2 - porcia: 20g Smotanový syr - trojuholníčky (OL) - porcia: 16 g

Deň	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
<b>So</b> <b>18.1.</b>	<b>DIA</b> Chlieb pšeničný (R) - porcia: 150 g Nátierka vlašská (R) - porcia: 60 g Zeleninová obloha - reďkovka - porcia: 24 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	<b>DIA</b> Banány - porcia: 250 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	<b>DIA</b> Polievka z hlavy ustricovej s cestovinou - porcia: 250 g Bravčové rebierko maďarské - šťava: 70 g, porcia: 54 g Ryža dusená - porcia: 190 g Šalát zo sterilizovanej cvikly - porcia: 100 g	<b>DIA</b> Pečivo celozrné (OL,V2) - porcia: 50 g Syr tavený kiri OL - porcia: 16 g	<b>DIA</b> Zemiakový guláš so špekačkami - porcia: 330 g Chlieb k prívarku celozrný - porcia: 100 g	<b>DIA</b> Chlieb pšeničný (V2) - porcia: 50 g maslo V2 - porcia: 20g Suchá saláma (D,OL,V2) - porcia: 30g
<b>Ne</b> <b>19.1.</b>	<b>DIA</b> Chlieb pšeničný (R) - porcia: 150 g maslo - porcia: 40 g Džem DIA - porcia: 20g Biela káva - porcia: 250 g	<b>DIA</b> Pomaranče - porcia: 250 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	<b>DIA</b> Polievka kuracia - mäso: 15 g, porcia: 250 g Cestovina - porcia: 20 g Hovädzie na spôsob Stroganov - šťava: 90 g, porcia: 52 g Hranolky pečené v rúre - porcia: 165 g Tatárska omáčka - porcia: 20 g	<b>DIA</b> Jogurt biely - porcia: 150g	<b>DIA</b> Chlieb pšeničný (V) - porcia: 200g Maslo rastlinné - porcia: 40 g Šunka dusená (V) - porcia: 100 g Zeleninová obloha - paprika (V) - porcia: 80 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	<b>DIA</b> Detská výživa DIA-200g

Zmena jedálneho lístka je vyhradená.

Vypracoval: .....

Schválil: .....