

Jedálny lístok "1 Racio", pre obdobie 9. 9. 2024 až 15. 9. 2024.

Dátum	Jedlo	Druh jedla	Alergény	Hmotnosť (g)
9. 9. 2024	Raňajky	Salámová nátierka 40g; Chlieb celozrnný 100 g; Ďaj s citrónom 2,5dl	1,3,6,7,10	0, 0, 0
Pondelok	Obed Pol	Krúpková polievka 0,35l	1,9	0
	Obed Hlj	Guláš mexický 100g/63g,150g,150 g ryža;/ Voda so sirupom 2dl; Banán 200g	1	0, 0, 0
	Olovrant	Presnídávka 200g/DIA 1ks/		0
	Večera I	Hamburgerova žemčička 100 g ; Šunka 120g,; maslo 20g; Ďaj s citrónom 2,5dl	1,3,7,8	0, 0, 0, 0
10. 9. 2024	Raňajky	Párky 150g,horčica 20g; Rožok štandard 2ks/80g; Ďaj s citrónom 2,5dl	1,3,6,7,10	0, 0, 0
Utorok	Obed Pol	Frankfurtská polievka 0,35l	1,6	0
	Obed Hlj	Kuracie prsia na šampiňonoch 150g/90g, 120g;/ Tarhoša/Slov.ryža 200g Jablko 200g/1ks; Voda so sirupom 2dl	1,3	0, 0
	Olovrant	Džús 100%		0
	Večera I	Osie hniezdo 2 ks/200g;/ Ďaj s citrónom 2,5dl	1,3,7,8	0, 0
11. 9. 2024	Raňajky	Lupačka 1 ks /92g; Jogurt 1ks/150g; Ďaj s citrónom 2,5dl	1,3,7	0, 0, 0
Streda	Obed Pol	Vydatná pohanková polievka 0,35l	1	0
	Obed Hlj	Pečené kuracie stehno 240g/162g;/ Zemiaková kaša 200g; Šalát sterilizovaný 120g voda s citrónom 2dl	7,9	0, 200, 0
	Večera I	Zeleninové rizoto 300g; Uhorka sterilizovaná 100g; Ďaj s citrónom 2,5dl		0, 0, 0
12. 9. 2024	Raňajky	Chlieb 100g/DIA 70g;/ maslo 20g; Paradajka 1ks /100g;/ Ďaj s citrónom 2,5dl	1,3,7	0, 0, 0, 0
Štvrtok	Obed Pol	Furmanska polievka 0,35l	1,7	0
	Obed Hlj	Bravčové mäso na rasci 100g/64g 200g;/ Ryža dusená 150g; Voda so sirupom 2dl Banán 200g	1	0, 150, 0
	Olovrant	Presnídávka 200g/DIA 1ks/		0
	Večera I	Bolónske cestoviny 400g; Ďaj s citrónom 2,5dl	1,3,7,9,13	0, 0
13. 9. 2024	Raňajky	Medová nátierka 20g; Chlieb 100g; Ďaj s citrónom 2,5dl	1,3,7	0, 0, 0
Piatok	Obed Pol	Sosovicova polievka s parkom a zel.. 0,35 l	1,6,9	0
	Obed Hlj	Cestoviny s makovým posypom 300g; Voda so sirupom 2dl; Pomaranč 200g	1,3,8	0, 0, 0
	Olovrant	Chrumky	1,3,5,7	0
	Večera I	Bageta oložená 1 ks; Ďaj s citrónom 2,5dl		0, 0
14. 9. 2024	Raňajky	Rožok slaný 100 g ; Syr tavený 50g; Ďaj s citrónom 2,5dl	1,3,7	0, 0, 0
Sobota	Obed Pol	Karfiolová polievka 0,35l	1,7	0
	Obed Hlj	Bravčové mäso na smotane 100g/64g,200g;/ Cestoviny 200g; Voda so sirupom 2dl Banán 200g	1,3,7,10	0, 0, 0
	Olovrant	Keks 1ks	1,3,5,7,8	0
	Večera I	Tlačenka100 g; Chlieb 100g/DIA 70g;/ Ďaj s citrónom 2,5dl	1,3,7	0, 0, 0
15. 9. 2024	Raňajky	Vianočka 400 g 1/2 porcie; Kakao 2,5dl	1,3,7	0, 0
Nedeľa	Obed Pol	Kuracia polievka s cestovinou 0,35l	1,3,9	0
	Obed Hlj	Prírodný bravčový rezen 150g /65g/DIA 130g/84g;/ Ryža dusená 150g Voda so sirupom 2dl	1	0, 150
	Olovrant	Zmrzlina 1ks	7	0
	Večera I	Chlieb 100g/DIA 70g;/ Šunka 120g,; Horčica 20 g; Ďaj s citrónom 2,5dl	1,3,7,10	0, 0, 0, 0

Zmeny na jedálnom lístku vyhradené

1: obilniny, 3: vajcia, 5: arašidy, 6: sojové zrna, 7: mlieko, 8: orechy, 9: zeler, 10: horčica, 13: vlčí bôb

Poradca	Referent	Hlavná	Riaditeľ
výživy	stravovania	kuchárka	Lekár zariadenia