

JEDÁLNY LÍSTOK od 11. 11. 2024 do 17. 11. 2024



| Dátum             | Deň   | diéta č. 3 - racionálna |   |
|-------------------|---|-------------------------|---|
|                   |   | 80g                     | 100g/120g   |
| 11. november 2024 | PONDELOK  | Raňajky                 | 80g chlieb, 25g tvarohová nátierka, 50g uhorka, 0,2l čaj - obsahuje: 1,3,7<br>80g/100g chlieb, 35g/50g šunková nátierka, 35g/50g paradajka, 0,2l čaj - obsahuje: 1,3,7  |
|                   |   | Desiata                 | 1ks ovocie  |
|                   |   | Obed                    | 0,2l pol.zemiaková, 80g bravčové dusené, 140g ryža, 50g mrkvový šalát, 0,2l stolová pitná voda - obsahuje: 1,7 ESP<br>0,25l/0,3l pol.fazuľová s párkom, 100g/120g bravčové na sedliacky spôsob, 160g/200g ryža - obsahuje: 1,7 ESP                  |
|                   |   | Olovrant                | 1ks ovocný jogurt, 0,20l bylinkový čaj - obsahuje: 7<br>1ks jogurt - obsahuje: 7  |
|                   |   | Večera                  | 150g gratinovaná brokolica a karfiol, 200g zemiaky - obsahuje: 1,3,7  |
|                   |   | II Večera               |   |
|                   |   | 12. november 2024       | UTOROK  |
| Desiata           | 1ks ovocie  |                         |   |
| Obed              | 0,2l pol.krúpková so zeleninou, 100g pečené kuracie stehno, 140g zemiaky, 0,2l voda s pomarančovou šťavou - obsahuje: 1,7,9 ESP<br>0,25l/0,3l pol.krúpková so zeleninou, 240g/240g pečené kuracie stehno na tymiáne, 160g/200g zemiaky, 80g/100g kompót - obsahuje: 1 ESP |                         |   |
| Olovrant          | 80g vianočka, 1ks maslo, 0,2l čaj - obsahuje: - obsahuje: 1,3,7<br>1ks jablkový rožok - obsahuje: 1,3,7   |                         |   |
| Večera            | 300g zeleninové rizoto, syr - obsahuje: 7,9   |                         |   |
| II Večera         |   |                         |   |
| 13. november 2024 | STREDA  |                         |   |
|                   |   | Desiata                 | 1ks ovocie  |
|                   |   | Obed                    | 0,2l pol.slepačia s cestovinou, 80g kuracie na zelenine, 140g ryža, 0,2l voda s citrónovou šťavou - obsahuje: 1,9<br>0,25l/0,3l pol.slepačia s cestovinou, 100g/120g zapekaný kurací rezeň, 200g/200g ryža, 100g/100g šalát - obsahuje: 1,3,7,9 BRA |
|                   |   | Olovrant                | 1ks ovocná výživa, 0,2l ovocný čaj<br>1ks ovocná výživa   |
|                   |   | Večera                  | 120g bravčová na zelenine, 200g zemiaky - obsahuje: 1,7,9 ESP   |
|                   |   | II Večera               |   |
|                   |   | 14. november 2024       | ŠTVRTOK   |
| Desiata           | 1ks ovocie  |                         |   |
| Obed              | 0,2l pol.fazuľková na kyslo, 150g zeleninový karbonátok, 140g zemiaky, 50g šalát, 0,2l voda s ovocnou šťavou - obsahuje: 1,7,9 PL<br>0,3l/0,3l pol.karfiolová, 100g/120g hovädzie ragú, 200g/200g tarhoňa - obsahuje: 1,3,7,9 PL  |                         |   |
| Olovrant          | 1ks syrový pagáčik, 0,2l mlieko - obsahuje: 1,3,7<br>1ks ovocná výživa  |                         |   |
| Večera            | 150g zeleninový karbonátok, 200g zemiaky, 100g šalát - obsahuje: 1,3,7,9  |                         |   |
| II Večera         |   |                         |   |
| 15. november 2024 | PIATOK  |                         |   |
|                   |   | Desiata                 | 1ks ovocie  |
|                   |   | Obed                    | 0,2l pol.rascová s vajcom, 200g jablková žemľovka, 50g kompót, 0,2l stolová pitná voda - obsahuje: 1,3,7<br>0,25l/0,3l pol.kapustová so zemiakmi, 100g/120g bravčové varené, 150g/150g chrenová omáčka, 160g/200g zemiaky - obsahuje: 1,7 ESP       |
|                   |   | Olovrant                | 1ks pečivo, 1ks maslo, 25g šunka, 0,2l ovocný čaj s medom - obsahuje: 1,3,7<br>1ks zemiakový pagáčik - obsahuje: 1,3,7  |
|                   |   | Večera                  | 350g jablková žemľovka - obsahuje: 1,3,7  |
|                   |   | II Večera               |   |
|                   |   | 16. november 2024       | SOBOTA  |
| Desiata           | 1ks ovocie  |                         |   |
| Obed              | 0,3l pol.zeleninová, 120g bravčová sekaná, 200g šošovicový prívarok, 100g chlieb - obsahuje: 1,3,7,9 ESP  |                         |   |
| Olovrant          | 1ks termix - obsahuje: 7  |                         |   |
| Večera            | 350g šunkové fľačky, 100g kyslá uhorka - obsahuje: 1,3  |                         |   |
| II Večera         |   |                         |   |
| 17. november 2024 | NEDEĽA  |                         |   |
|                   |   | Desiata                 | 1ks ovocie  |
|                   |   | Obed                    | 0,3l pol.hovädzia s cestovinou, 240g vyprážené kuracie stehno, 200g zemiaková kaša, 100g šalát - obsahuje: 1,3,7,9 ESP  |
|                   |   | Olovrant                | 1ks perník - obsahuje: 1,3,5,6,7,8  |
|                   |   | Večera                  | 100g chlieb, 100g šunka, 1ks maslo, 50g uhorka - obsahuje: 1,7  |
|                   |   | II Večera               |   |

Alergény: 1 - obilniny obsahujúce lepok, 2 - kôrovce a výrobky z nich, 3 - vajcia a výrobky z nich, 4 - ryby a výrobky z nich, 5 - arašidy a výrobky z nich, 6 - sójové zrná a výrobky z nich (tofu syr), 7 - mlieko a výrobky z neho, 8 - orechy (lieskové, vlašské, kešu, mandle, pekanové, para orechy, pistácie, makadamové, queenslandské) 9 - zeler, 10 - horčica, 11 - sésamové semená, 12 - oxid siričitý a siričitany v koncentráciách vyšších ako 10mg/kg alebo 10mg/l, 13 - vliči bôb, 14 - mäkkýše  
Prevádzka spracováva všetky druhy alergénov, preto sa stopové množstvo alergénov môže nachádzať vo všetkých pokrmoch.  
Váha mäsa je uvedená v surovom stave.