

JEDÁLNY LÍSTOK od 21. 07. 2025 do 27. 07. 2025



CITYGASTRO | len dobré jedlo

Dátum	Deň	120g	diéta č. 3 - racionálna
21. júl 2025	PONDELOK	Raňajky	100g chlieb, 50g šunková nátierka, 50g paradajka, 0,2l čaj - obsahuje: 1,3,7
		Desiata	1ks ovocie
		Obed	0,3l pol.fazuľová s cestovinou, 120g bravčové na sedliacky spôsob, 200g ryža - obsahuje: 1,7 ESP
		Olovrant	1ks jogurt - obsahuje: 7
		Večera	350g zapékané zemiaky s brokolicou a karfiolom - obsahuje: 1,3,7
		II Večera	
22. júl 2025	UTOROK	Raňajky	100g chlieb, 1ks maslo, 50g syr eidam, 50g paprika, 0,2l čaj - obsahuje: 1,3,7
		Desiata	1ks ovocie
		Obed	0,3l pol.krúpková so zeleninou, 240g pečené kuracie stehno na tymiáne, 200g zemiaky, 100g kompót - obsahuje: 1 ESP
		Olovrant	1ks jablkový rožok - obsahuje: 1,3,7
		Večera	300g zeleninové rizoto, syr - obsahuje: 7,9
		II Večera	
23. júl 2025	STREDA	Raňajky	2ks pečivo, 50g nátierka mrkvová, 50g šalátová uhorka, 0,2l čaj - obsahuje: 1,3,7
		Desiata	1ks ovocie
		Obed	0,3l pol.slepačia s cestovinou, 120g zapékaný kurací rezeň, 200g ryža, 100g šalát - obsahuje: 1,3,7,9 BRA
		Olovrant	1ks ovocná výživa
		Večera	120g bravčová na zelenine, 200g zemiaky - obsahuje: 1,7,9 ESP
		II Večera	
24. júl 2025	ŠTVRTOK	Raňajky	100g kakaový závin, 0,2l biela káva - obsahuje: 1,3,7
		Desiata	1ks ovocie
		Obed	0,3l pol.fazuľková na kyslo, 120g hovädzie ragú, 200g tarhoňa - obsahuje: 1,3,7,9 PL
		Olovrant	1ks jogurt - obsahuje: 7
		Večera	120g zeleninový karbonátok, 200g zemiaky, 100g šalát - obsahuje: 1,3,7,9
		II Večera	
25. júl 2025	PIATOK	Raňajky	100g chlieb, 1ks maslo, 50g suchá saláma, 50g paradajka, 0,2l čaj - obsahuje: 1,7
		Desiata	1ks ovocie
		Obed	0,3l pol.kapustová so zemiakmi, 120g bravčové varené, 150g chrenová omáčka, 200g zemiaky - obsahuje: 1,7 ESP
		Olovrant	1ks zemiakový pagáčik - obsahuje: 1,3,7
		Večera	350g jablková žemľovka - obsahuje: 1,3,7
		II Večera	
26. júl 2025	SOBOTA	Raňajky	100g chlieb, 50g sardinková nátierka, 50g paprika, 0,2l čaj - obsahuje: 1,4,7
		Desiata	1ks ovocie
		Obed	0,3l pol.zeleninová, 120g bravčová sekaná, 150g šošovicový prívarok, 100g chlieb - obsahuje: 1,3,6,7,9 ESP
		Olovrant	1ks termix - obsahuje: 7
		Večera	350g šunkové fliačky, 100g kyslá uhorka - obsahuje: 1,3
		II Večera	
27. júl 2025	NEDEĽA	Raňajky	2ks sladký rožok, 1ks maslo, 1ks džem, 0,2l čaj - obsahuje: 1,3,7
		Desiata	1ks ovocie
		Obed	0,3l pol.hovädzia s cestovinou, 240g vyprážané 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 lepek, 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.