

JEDÁLNY LÍSTOK od 19. 10. 2026 do 25. 10. 2026



CITYGASTRO | len dobré jedlo

Dátum	Deň	80g	diéta č. 3 - racionálna
		100g/120g	
19. október 2026	PONDELOK	Raňajky	80g chlieb, 25g nátierka z taveného syra, 50g uhorka, 0,2l čaj - obsahuje: 1,7 80g/100g chlieb, 35g/50g nátierka z taveného syra, 35g/50g uhorka, 0,2l čaj - obsahuje: 1,3,7
		Desiata	1ks ovocie
		Obed	0,2l pol.hrástková, 250g boloňské špagety, strúhaný syr, 0,2l stolová pitná voda - obsahuje: 1,7,9 ESP 0,25l/0,3l pol.zeleninová s mrveničkou, 100g/120g bravčové pivoársky tokáň, 160g/200g slovenská ryža - obsahuje: 1,3,9 ESP
		Olovrant	1ks jogurt ovocný, 0,2l bylinkový čaj - obsahuje: 7 1ks/1ks tvarohový dezert - obsahuje: 7
		Večera	150g fazuľový prívarok, 120g bravčová sekaná, 100g chlieb - obsahuje: 1,3,6,7 ESP
		II Večera	
20. október 2026	UTOROK	Raňajky	80g chlieb, 25g bryndzová nátierka, 50g paradajka, 0,2l čaj - obsahuje: 1,7 2ks/2ks pečivo, 35g/50g nátierka šunková, 35g/50g paradajka, 0,2l čaj - obsahuje: 1,3,7
		Desiata	1ks ovocie
		Obed	0,2l pol.tekvicová na kyslo, 200g zeleninové rizoto, syr strúhaný, 0,2l stolová pitná voda - obsahuje: 1,7,9 0,25l/0,3l pol.hrachová s párkom, 300g/350g dukátové buchtičky, vanilkový krém - obsahuje: 1,3,7
		Olovrant	1ks ovocná výživa, 0,2l ovocný čaj 1ks/1ks jogurt - obsahuje: 7
		Večera	120g záhradnícke kuracie soté, 200g ryža - obsahuje: 9 BRA
		II Večera	
21. október 2026	STREDA	Raňajky	80g chlieb, 1ks maslo, 25g šunka, 50g paprika, 0,2l bylinkový čaj - obsahuje: 1,7 80g/100g chlieb, 1ks/1ks maslo, 50g/50g syr eidam, 50g/50g uhorka, 0,2l čaj - obsahuje: 1,3,7
		Desiata	1ks ovocie
		Obed	0,2l hovädzí vývar s cestovinou, 80g bravčové pečené, 100g dusená kapusta, 2ks knedľa, 0,2l voda s citrónovou šťavou obsahuje: 1,3,7,9 PL 0,25l/0,3l pol.hovädzí vývar s niťovkami, 150g/150g kôprová omáčka, 100g/120g hovädzie varené, 2ks/4ks knedľa - obsahuje: 1,3,7,9 PL
		Olovrant	1ks pečivo, 25g syr tvrdý, 1ks maslo, 0,2l čaj - obsahuje: 1,3,7 1ks/1ks jablkový rožok - obsahuje: 7
		Večera	350g cestovina s paradajkami, cuketou a syrom - obsahuje: 1,3,7
		II Večera	
22. október 2026	ŠTVRTOK	Raňajky	1ks pečivo, 25g saláma suchá, 1ks maslo, 50g uhorka, 0,2l čaj - obsahuje: 1,3,6,7 80g/100g chlieb, 80g/100g parížsky šalát, 0,2l čaj - obsahuje: 1,3,7
		Desiata	1ks ovocie
		Obed	0,2l pol.hrášková krémová, 80g hovädzí stroganov, 140g tarhoňa, 0,2l voda s ovocnou šťavou - obsahuje: 1,3,9 ESP 0,25l/0,3l pol.kelová so zemiakmi, 150g/150g špenátový prívarok, 1ks/2ks varené vajíčko, 160g/200g zemiaky - obsahuje: 1,3,7
		Olovrant	1ks termix, 0,2l ovocný čaj - obsahuje: 7 1ks/1ks ovocná výživa
		Večera	240g pečené kuracie stehno, 200g ryža, 100g kompót - obsahuje: 1 ESP
		II Večera	
23. október 2026	PIATOK	Raňajky	80g chlieb, 25g bánovecká nátierka, 50g paradajka, 0,2l čaj - obsahuje: 1,7 2ks/2ks pečivo, 35g/50g bánovecká nátierka, 35g/50g paradajka, 0,2l čaj - obsahuje: 1,3,7
		Desiata	1ks ovocie
		Obed	0,2l pol.cicerová, 200g parené buchty s makovou posýpkou a maslom, 0,2l mlieko - obsahuje: 1,3,7,9 0,25l/0,3l pol.šošovicová na kyslo, 120g/120g vyprážaný rybí fileť, 160g/200g zemiaková kaša, 80g/100g šalát - obsahuje: 1,3,4,7 SK
		Olovrant	1ks pagáčik, 0,2l čaj - obsahuje: 1,3,7 1ks/1ks jogurt - obsahuje: 7
		Večera	120g kuracie rezance s restovaným pórom a slaninkou, 200g ryža - obsahuje: 1 BRA
		II Večera	
24. október 2026	SOBOTA	Raňajky	100g chlieb, 50g pašteková nátierka, 50g paprika, 0,2l čaj - obsahuje: 1,4,7
		Desiata	1ks ovocie
		Obed	0,3l pol.cesnaková so zemiakmi, 120g kurací paprikáš, 200g halušky - obsahuje: 1,3,7 BRA
		Olovrant	1ks čokoládový termix - obsahuje: 7
		Večera	350g kapustové fliačky z hlávkovej kapusty na sladko - obsahuje: 1,3
		II Večera	
25. október 2026	NEDEĽA	Raňajky	1ks bábovka, 1ks maslo, 1ks džem, 0,2l kakao - obsahuje: 1,3,7
		Desiata	1ks ovocie
		Obed	0,3l pol.slepačia s cestovinou, 120g prírodné kuracie prsia, 200g ryža, 100g šalát - obsahuje: 1,3,7,9 BRA
		Olovrant	1ks napolitánka - obsahuje: 1,3,5,6,7,8
		Večera	100g chlieb, 80g šunka, 1ks maslo, 50g paradajka - 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, pekanové, mandle, para orechy, pistácie, makadamové, queenslandské), 9 - zeler, 10 - horčica, 11 - sezamové semená, 12 - oxid siričitý a siričitany v koncentráciách vyšších ako 10mg/kg alebo 10mg/l, 13 - včelí bôb, 14 - mäkkýše

Prevádzka spracováva všetky druhy alergénov, preto sa stopové množstvo môže nachádzať vo všetkých pokrmoch.

Váha mäsa je uvedená v surovom stave.

