JEDÁLNY LÍSTOK od 09. 11. 2026 do 15. 11. 2026

CITYGASTRO | len dobré jedlo

Dátum	Deň	80g / 100g/120g	diéta č. 3 - racionálna
9. november 2026	PONDELOK	Raňajky	80g chlieb, 25g šunka,1ks maslo 50g paradajka, 0,2l čaj - obsahuje: 1,7
			80g/100g chlieb, 35g/50g nátierka bánovecká, 35g/50g uhorka, 0,2l čaj - obsahuje: 1,3,7
		Desiata	1ks ovocie
		Obed	0,2l pol.špenátová, 200g bravčové rizoto, syr, 0,2l stolová voda pitná - obsahuje: 1,3,7,9 ESP
			0,25l/0,3l pol.zeleninová, 100g/120g hovädzí tokáň na hrášku, 200g/200g ryža - obsahuje: 1,9 PL
		Olovrant	1ks ovocná výživa
			1ks/1ks čokoládový puding - obsahuje: 7
		Večera	300g zemiakové knedličky plnené ovocím s opraženou strúhankou a maslom - obsahuje: 1,3,7
		II Večera	
10. november 2026	UTOROK	Raňajky	80g chlieb, 1ks maslo,25g suchá saláma, 50g uhorka, 0,2l čaj - obsahuje: 1,3,6,7
			80g/100g chlieb, 1ks/1ks pašteka, 35g/50g paradajka, 0,2l čaj - obsahuje: 1,3,7
		Desiata	1ks ovocie
		Obed	0,2l pol.kapustová, 80g hovädzie varené, 100g sviečková omáčka,2ks knedľa, 0,2l stolová voda pitná - obsahuje: 1,3,7,9 B
			0,25l/0,3l pol.brokolicová, 100g/150g koložvárska kapusta zapečená so smotanou, 160g/200g zemiaky - obsahuje: 1,3,6,7,9 ESP
		Olovrant	1ks jogurt ovocný, 20g piškóty, 0,2l čaj - obsahuje:1,3,7
			1ks/1ks jogurt - obsahuje:7
		Večera	350g cestovina s vegetariánskou bolognese omáčkou a syrom - obsahuje: 1,3,7,9
		II Večera	
11. november 2026	STREDA	Raňajky	1ks pečivo, 1ks syr Karička, 50g paprika, 0,2 bylinkový čaj - obsahauje: 1,3,7
			2ks/2ks pečivo, 100g/100g parížsky šalát , 0,2l čaj - obsahuje: 1,3,7 SK
		Desiata	1ks ovocie
		Obed	0,2l pol.slepačí vývar s cestovinou, 200g šúlance s makovou posýpkou a maslom, 0,2l mlieko - obsahuje: 1,3,7,9
			0,25l/0,3l pol.slepačia s niťovkami, 100g/120g bravčové v horčicovo-smotanovej omáčke, 160g/200g tarhoňa, 100g/100g kyslé uhorky - obsahuje: 1,3,7,9,10 ESP
		Olovrant	1ks pagáčik, 0,2l ovocný čaj - obsahuje: 1,3,7
			1ks/1ks pizza rožok - obsahuje: 1,3,6,7,9,10,11
		Večera	150g špenátový prívarok, 2ks varené vajce, 200g zemiaky - obsahuje: 1,3,7
		II Večera	
12. november 2026	ŠTVRTOK	Raňajky	1ks pečivo, 25g bánovecká nátierka, 50g uhorka, 0,2l čaj obsahuje: 1,3,7
			80g/100g tvarohový závin, 0,2l kakao - obsahuje: 1,3,7
		Desiata	1ks ovocie
		Obed	0,2l pol.pórková, 200g cestovina s kuracím mäsom a syrovou omáčkou, 0,2l voda s citrónovou šťavou - obsahuje: 1,3,7,9 PL
			0,25l/0,3l pol.boršč, 200g/240g pečené kuracie stehno, 160g/200g zemiaky, 80g/100g kompót - obsahuje: 1,9 ESP
		Olovrant	1ks škoricový slimák, 0,2l mlieko - obsahuje: 1,3,7
			1ks/1ks ovocná výživa
		Večera	350g zeleninové rizoto s cícerom, paradajkami a strúhaným syrom - obsahuje: 7,9
		II Večera	
13. november 2026	PIATOK	Raňajky	80g chlieb, 25g nátierka medová, 0,2l čaj - obsahuje: 1,7
			80g/100g chlieb, 35g/50g syr, 1ks/1ks maslo, 35g/50g paradajka, 0,2l čaj - obsahuje: 1,3,7
		Desiata	1ks ovocie
		Obed	0,2l pol.fazuľová so zeleninou, 80g rybie filé na prírodno,140g zemiaky, 0,2l stolová voda - obsahuje: 1,4,9 SK
			0,25l/0,3l pol.zemiaková, 100g/120g bravčové dusené, 150g/150g kôprová omáčka, 3ks/4ks knedľa - obsahuje: 1,3,7 ESP
		Olovrant	80g chlieb, 1ks maslo, 25g šunka, 50g uhorka, 0,2l bylinkový čaj - obsahuje: 1,7
			1ks/1ks jablkový rožok - obsahuje: 1,3
		Večera	350g granatierský pochod, 100g kyslé uhorky - obsahuje: 1,3
		II Večera	
14. november 2026	SOBOTA	Raňajky	100g chlieb, 2ks párky, 30g horčica, 0,2l čaj - obsahuje: 1,3,7 SK
		Desiata	1ks ovocie
		Obed	0,3l pol.tekvicová na kyslo, 120g prírodný bravčový plátok, 200g zemiaky, 100g šalát - obsahuje: 1,7,9 ESP
		Olovrant	1ks jogurt - obsahuje: 7
		Večera	120g kuracie na zelenine, 200g ryža - obsahuje: 1,9 BRA
		II Večera	
15. november 2026	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 krupicovými haluškami, 120g prírodný kurací rezeň, 200g restované zemiaky, 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 uhorka - obsahuje: 1,7 SK
		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, queenlandské), 9 - zeler, 10 - horčica, 11 - sézamove semená, 12 - oxid siričitý a siričitany v koncentráciach vyšších ako 10mb/kg alebo 10ml/l, 13 -vlčí bôb, 14 - mäkkýše
Prevádzka spracováva všetky druhy alergénov, preto sa stopové množstvo môže nachádzať vo všetkých pokrmoch.
Váha mäsa je uvedená v surovom stave.