# JEDÁLNY LÍSTOK od 30. 11. 2026 do 06. 12. 2026

CITYGASTRO | len dobré jedlo

| Dátum | Deň | 80g / 100g/120g | diéta č. 3 - racionálna |
|---|---|---|---|
| 30. november 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.hŕstková, 80g bravčová sekaná,140g zemiaková kaša,50g šalát 0,2l stolová pitná voda - obsahuje: 1,3,7,9 ESP |
| | | | 0,25l/0,3l pol.zeleninová s mrveničkou, 100g/120g bravčové pivovársky 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 | |
| 1. december 2026 | UTOROK | Raňajky | 80g chlieb, 1ks paštéta, 50g paradajka,0,2l čaj - obsahuje: 1,6 |
| | | | 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 vianočka, 1ks maslo, 0,2l ovocný čaj - obsahuje: 1,3,7 |
| | | | 1ks/1ks jogurt - obsahuje: 7 |
| | | Večera | 120g záhradnícke kuracie soté, 200g ryža - obsahuje: 9 BRA |
| | | II Večera | |
| 2. december 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 | |
| 3. december 2026 | ŠTVRTOK | Raňajky | 1ks pečivo, 1ks džem, 1ks maslo, 0,2l čaj - obsahuje: 1,3,7 |
| | | | 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, 350g/350g halušky so syrovou omáčkou - obsahuje: 1,3,7,9 |
| | | 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 | |
| 4. december 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 l čaj - obsahuje: 1,3,7 |
| | | Desiata | 1ks ovocie |
| | | Obed | 0,2l pol.cícerová, 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 filet, 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 | |
| 5. december 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 | |
| 6. december 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 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, pekanové, mandle, para orechy, pistácie, makadamové, queenslandské), 9 - zeler, 10 - horčica, 11 - sézamové semená, 12 - oxid siričitý a siričitany v koncentráciach vyšších ako 10mg/kg alebo 10mg/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.