

5. týždeň

## Jedálny lístok

26.01.2026 - 30.01.2026

|                  |                                                                   |                  |                                           |
|------------------|-------------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------------------------|
| <b>PONDELOK</b>  |                                                                   | <b>26.1.2026</b> | Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj |
| <b>Desiata:</b>  | Jogurt s chia semienkami 200g                                     |                  | 7                                         |
| <b>Obed:</b>     | Polievka rybacia so zeleninou                                     |                  | 4,9                                       |
|                  | Vyprážaný syr 100g, zemiaky 250g, tatárska omáčka                 |                  | 1,3,7                                     |
| <b>Olovrant:</b> | Ovocie 200g                                                       |                  |                                           |
| <b>Večera:</b>   | Kuracia pečeň na slaninke 150g/50g, dusená ryža 190g, cvikla 100g |                  |                                           |
| <b>UTOROK</b>    |                                                                   | <b>27.1.2026</b> | Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj |
| <b>Raňajky:</b>  | Praženica 100g, chlieb 150g, kečup 50g                            |                  | 1,3                                       |
| <b>Desiata:</b>  | Ovocie 200g                                                       |                  |                                           |
| <b>Obed:</b>     | Polievka frankfurtská                                             |                  | 1                                         |
|                  | Bravčová sekaná 100g, šošovicový prívarok 200g, chlieb 150g       |                  | 1,3,7                                     |
| <b>Olovrant:</b> | Termix 1ks                                                        |                  | 7                                         |
| <b>Večera:</b>   | Lievance s džemom 250g                                            |                  | 1,3,7                                     |
| <b>STREDA</b>    |                                                                   | <b>28.1.2026</b> | Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj |
| <b>Raňajky:</b>  | Šunka 50g, maslo 50g, chlieb 150g, zelenina 80g                   |                  | 1                                         |
| <b>Desiata:</b>  | Ovocie 200g                                                       |                  |                                           |
| <b>Obed:</b>     | Polievka kurací vývar s niťovkami                                 |                  | 1,9                                       |
|                  | Španielsky vtáčik 100g/50g, ryža 250g, šalát 150g                 |                  | 1,3                                       |
| <b>Olovrant:</b> | Acidko 1ks, pečivo 1ks                                            |                  | 1,7                                       |
| <b>Večera:</b>   | Zapekaný karfiol 200g, zemiaky 200g, uhorka 100g                  |                  | 1,3,7                                     |
| <b>ŠTVRTOK</b>   |                                                                   | <b>29.1.2026</b> | Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj |
| <b>Raňajky:</b>  | Paštétová nátierka 50g, chlieb 150g, zelenina 80g                 |                  | 1                                         |
| <b>Desiata:</b>  | Ovocie 200g                                                       |                  |                                           |
| <b>Obed:</b>     | Polievka cesnaková                                                |                  |                                           |
|                  | Koložvárska kapusta 200g, zemiaky 250g                            |                  | 7                                         |
| <b>Olovrant:</b> | Puding 1ks                                                        |                  | 7                                         |
| <b>Večera:</b>   | Cestoviny s tvarohom na slano 300g                                |                  | 1,7                                       |
| <b>PIATOK</b>    |                                                                   | <b>30.1.2026</b> | Pitný režim dňa: Ovocný čaj, ovocný nápoj |
| <b>Raňajky:</b>  | Sardinková nátierka 50g, chlieb 150g, zelenina 80g                |                  | 1,4                                       |
| <b>Desiata:</b>  | Ovocie 200g                                                       |                  |                                           |
| <b>Obed:</b>     | Polievka hrstková                                                 |                  | 1,9                                       |
|                  | Dukátové buchtičky s vanilkovým krémom 350g                       |                  | 1,3,7                                     |
| <b>Olovrant:</b> | Croissant 1ks                                                     |                  | 1,7,8                                     |

Na jedálnom lístku uvedené hovädzie a bravčové mäso je slovenské a kuracie mäso je slovenské a české.

Dňa: 23.01.2026

Schválila:

PhDr. Jana Tvarožková

riaditeľka DSS

Gabriela Vostálová

vedúca prev.kuchyne

Mgr. Marcela Šimurdová

vedúca ÚOaOS

ALERGÉNY: 1 OBI LNINY, 2 KÔROVCE, 3 VAJCIA, 4 RYBY, 5 ARAŠIDY, 6. SÓJOVÉ ZRNÁ, 7 MLIEKO, 8 ORECHY, 9 ZELER, 10 HORČICA, 11 SEZAM, 12 KYSLIČNÍK SIRIČITÝ A SIRIČITANY

V súlade so Zásadami zostavovania jedálnych lístkov do všetkých polievok pridávame obilniny (krúpk, ovsené vločky, pohánku). Zeleninové šaláty, prílohy, polievky ako aj ostatné jedlá, sú pripravované výlučne z čerstvej zeleniny (okrem mrazeného hrášku, špenátu a kukurice).

Hmotnosť mäsa je uvedená v surovom stave. Pôvod mäsa - Slovensko