

11. týždeň

Jedálny lístok

09.03.2026 - 13.03.2026

|                  |                                                                        |                  |                          |
|------------------|------------------------------------------------------------------------|------------------|--------------------------|
| <b>PONDELOK</b>  | <b>9.3.2026</b>                                                        | Pitný režim dňa: | Ovocný čaj, ovocný nápoj |
| <b>Desiata:</b>  | Ovocie 200g                                                            |                  |                          |
| <b>Obed:</b>     | Polievka brokolicová krémová s krutónmi                                |                  | 1,7                      |
|                  | Vyprážaný morčací rezeň 100g, ryža s hráškom 190g, šalát 150g          |                  | 1,3,7                    |
| <b>Olovrant:</b> | Croissant 1ks                                                          |                  | 1,7                      |
| <b>Večera:</b>   | Kapustné fľačky 300g                                                   |                  | 1                        |
| <b>UTOROK</b>    | <b>10.3.2026</b>                                                       | Pitný režim dňa: | Ovocný čaj, ovocný nápoj |
| <b>Raňajky:</b>  | Oškvarková nátierka 50g, chlieb 150g, zelenina 80g                     |                  | 1                        |
| <b>Desiata:</b>  | Ovocie 200g                                                            |                  |                          |
| <b>Obed:</b>     | Polievka kurací vývar s niťovkami                                      |                  | 1,9                      |
|                  | Pečené kuracie stehno 260g, zemiaky 250g, kompót 150g                  |                  | 1                        |
| <b>Olovrant:</b> | Ovocná výživa 1ks                                                      |                  |                          |
| <b>Večera:</b>   | Lievance s džemom 250g                                                 |                  | 1,3,7                    |
| <b>STREDA</b>    | <b>11.3.2026</b>                                                       | Pitný režim dňa: | Ovocný čaj, ovocný nápoj |
| <b>Raňajky:</b>  | Vianočka 150g, maslo 50g, kakao 200ml                                  |                  | 1,3,7                    |
| <b>Desiata:</b>  | Ovocie 200g                                                            |                  |                          |
| <b>Obed:</b>     | Polievka cesnaková                                                     |                  | 1                        |
|                  | Hovädzie dusené 100g, chrenová omáčka 200g, knedľa 4ks                 |                  | 1,3,7                    |
| <b>Olovrant:</b> | Termix 1ks, pečivo 1ks                                                 |                  | 1,7                      |
| <b>Večera:</b>   | Pšeno, cibuľka, slaninka 300g, čalamáda 100g                           |                  | 1                        |
| <b>ŠTVRTOK</b>   | <b>12.3.2026</b>                                                       | Pitný režim dňa: | Ovocný čaj, ovocný nápoj |
| <b>Raňajky:</b>  | Cícerová 50g, chlieb 150g, zelenina 80g                                |                  | 1                        |
| <b>Desiata:</b>  | Ovocie 200g                                                            |                  |                          |
| <b>Obed:</b>     | Polievka paradajková s pohankou                                        |                  | 1                        |
|                  | Bravčové prírodné karé 100g, dusená zelenina 150g, zemiaková kaša 250g |                  | 7                        |
| <b>Olovrant:</b> | Puding 1ks                                                             |                  | 7                        |
| <b>Večera:</b>   | Špenátový prívarok 200g, varené zemiaky 200g, varené vajce             |                  | 1,3,7                    |
| <b>PIATOK</b>    | <b>13.3.2026</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 šošovicová kyslá                                              |                  | 1,7                      |
|                  | Ryžový nákyp s marhuľami 350g                                          |                  | 3,7                      |
| <b>Olovrant:</b> | Jogurt 1ks                                                             |                  | 7                        |

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

Dňa: 06.03.2026

Schválila:

PhDr. Jana Tvarožková

riaditeľka DSS

Gabriela Vostálová

vedúca prev.kuchyne

Mgr. Marcela Šimurdová

vedúca ÚOaOS

ALERGÉNY: 1 OBILNINY, 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