

12. týždeň

Jedálny lístok

16.03.2026 - 20.03.2026

PONDELOK	16.3.2026	Pitný režim dňa:	Ovocný čaj, ovocný nápoj
Desiata:	Ovocie 200g		
Obed:	Polievka hlivová		9
	Vyprážené rybie filé 150g, zemiaky 250g, šalát 150g		1,3,4,7
Olovrant:	Keks		1,7
Večera:	Morčacie prsia na smotane 100g/150g, kolienka 190g		1,7
UTOROK	17.3.2026	Pitný režim dňa:	Ovocný čaj, ovocný nápoj
Raňajky:	Syrová nátierka 50g, chlieb 150g, zelenina 50g		1,7
Desiata:	Ovocie 200g		
Obed:	Polievka zemiaková kyslá		1,7
	Hovädzie na poľovnícky spôsob 100g/100g, ryža 190g		10
Olovrant:	Jogurt 1ks		7
Večera:	Bulgur dusený so zeleninou a párkami 300g, uhorka 100g		1,9
STREDA	18.3.2026	Pitný režim dňa:	Ovocný čaj, ovocný nápoj
Raňajky:	Mramorová bábovka 150g, kakao 200g		1,3,7
Desiata:	Ovocie 200g		
Obed:	Polievka mrkvová		
	Fašírka 100g, fazuľový prívarok 200g, chlieb 150g		1,3,7
Olovrant:	Termix 1ks, pečivo 1ks		1,7
Večera:	Rezance s makovou posýpkou, poliate maslom 300g		1,7
ŠTVRTOK	19.3.2026	Pitný režim dňa:	Ovocný čaj, ovocný nápoj
Raňajky:	Paštetová nátierka 50g, chlieb 150g, zelenina 80g		1
Desiata:	Ovocie 200g		
Obed:	Polievka kalerábová		1,3
	Kuracie prsia na bylinkách 100g, zemiaková kaša 250g, šalát 150g		1
Olovrant:	Croissant 1ks		7
Večera:	Špagety so syrovou omáčkou 300g		1,7
PIATOK	20.3.2026	Pitný režim dňa:	Ovocný čaj, ovocný nápoj
Raňajky:	Tuniaková nátierka 50g, chlieb 150g, zelenina 80g		1,4
Desiata:	Ovocie 200g		
Obed:	Polievka hŕstková		
	Moravské koláče, džús 1ks		1,3,7
Olovrant:	Ovocná výživa 1ks		7

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

Dňa: 13.03.2026

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 (krúčky, 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