

Jedálny lístok "1 Racio", pre obdobie 18.11.2024 až 24.11.2024.

Dátum	Jedlo	Druh jedla	Alergény	Hmotnosť (g)
18.11.2024	Raňajky	Smotanová nátierka 30 g; Chlieb 100g/DIA 70g; Ďaj s citrónom 2,5dl	1,3,7	0, 0, 0
Pondelok	Obed Pol	Letná polievka 0,35l	9	0
	Obed Hlj	Bravčové na hubách 100g; Ryža dusená 150g; Ďaj s citrónom 2,5dl; Pomaranč 200	1	0, 150, 0, 0
	Olovrant	Presnídávka 200g/DIA 1ks/		0
	Večera I	Zemiaková kaša s pohánkou 300g; Mlieko 0,25l	7	0, 0
19.11.2024	Raňajky	Salámová nátierka 40g; Chlieb 100g/DIA 70g; Ďaj s citrónom 2,5dl; Paprika 100g	1,3,6,7,10	0, 0, 0, 0
Utorok	Obed Pol	Furmanska polievka 0,35l	1,7	0
	Obed Hlj	Francúzske zemiaky 350g; Uhorka sterilizovaná 100g; Ďaj s citrónom 2,5dl		0, 0, 0
		Banán 200g	1,3,6,7	0
	Olovrant	Jogurt 1ks/150g	7	0
	Večera I	Bolónske cestoviny 400g; Ďaj s citrónom 2,5dl	1,3,7,9,13	0, 0
20.11.2024	Raňajky	Pečenieový syr 100g; Rožok slaný 100 g ; Ďaj s citrónom 2,5dl	1,3,7	0, 0, 0
Streda	Obed Pol	Bryndzova so zemiakmi 0,35l	1,7	0
	Obed Hlj	Trhané mäso v žemli so šalátom 310 g /90-120-100g; Ďaj s citrónom 2,5dl		0, 0
		Jablko 200g/1ks	1,3,7	0
	Olovrant	Keks 1ks	1,3,5,7,8	0
	Večera I	Gulášová polievka 0,35l; Rožok štandard 2ks/80g; Ďaj s citrónom 2,5dl	1,3,7	0, 0, 0
21.11.2024	Raňajky	Makrelová pomazánka 30g; Chlieb 100g/DIA 70g; Ďaj s citrónom 2,5dl	1,3,4,7	0, 0, 0
Štvrtok	Obed Pol	Zelerová polievka lisovaná 0,35l	1,3,7,9	0
	Obed Hlj	Hovädzia pečienka budejovická 100g/63g,200g; Cestoviny 200g; Pomaranč 200g		0, 0, 0
		Ďaj s citrónom 2,5dl	1,3,7	0
	Olovrant	Chrumky	1,3,5,7	0
	Večera I	Zeleninové rizoto s tofu syrom 280 g; Ďaj s citrónom 2,5dl	6,7	0, 0
22.11.2024	Raňajky	Nátierka so strúhaným syrom 30 g; Chlieb 100g/DIA 70g; Ďaj s citrónom 2,5dl	1,3,7	0, 0, 0
Piatok	Obed Pol	Fazulková polievka kyslá 0,35l	1,7	0
	Obed Hlj	Juhoslovenské koláče 200g; Ďaj s citrónom 2,5dl; Banán 200g	1,3,7	160, 0, 0
	Olovrant	Džús 100%		0
	Večera I	Zemiakový prívarok 230g; Vajce 1ks; Ďaj s citrónom 2,5dl	1,3,7	0, 0, 0
23.11.2024	Raňajky	Paštétová pomazánka 50g; Chlieb 100g/DIA 70g; Ďaj s citrónom 2,5dl	1,3,6,7	0, 0, 0
Sobota	Obed Pol	Krúpková polievka 0,35l	1,9	0
	Obed Hlj	Bravčové v keli 100g/64g,150g; Varené zemiaky 200g; Ďaj s citrónom 2,5dl		0, 0, 0
		Banán 200g	1,7	0
	Olovrant	Presnídávka 200g/DIA 1ks/		0
	Večera I	Chlieb 100g/DIA 70g; Syr tehla 100g,rama 20g; Ďaj s citrónom 2,5dl	1,3,7	0, 0, 0
24.11.2024	Raňajky	Vianočka 400 g 1/2 porcie; Kakao 2,5dl	1,3,7	0, 0
Nedeľa	Obed Pol	Kuracia polievka s cestovinou 0,35l	1,3,9	0
	Obed Hlj	Pečené kuracie stehno 240g/162g; Ryža dusená 150g; Kompót 150g; Múčenik 1ks		0, 150, 0, 0
		Ďaj s citrónom 2,5dl	1,3,7,8	0
	Večera I	Parížsky šalát 150g; Chlieb 100g/DIA 70g; Ďaj s citrónom 2,5dl	1,3,7,9	0, 0, 0

Zmeny na jedálnom lístku vyhradené

1: obilniny, 3: vajcia, 4: ryby, 5: arašidy, 6: sojové zrna, 7: mlieko, 8: orechy, 9: zeler, 10: horčica, 13: vlčí bôb

Poradca	Referent	Hlavná	Riaditeľ
výživy	stravovania	kuchárka	Lekár zariadenia