



Jedálny lístok

za čas od 12.01.2026 do 18.01.2026

RACIONÁLNY

Dátum	Deň	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera
12	P	250 ml Čaj, 100g chlieb /r/, 50g šunka, 20g maslo, 1ks varené vajce, ovocie (1,3,7)	60g Perník (1)	Polievka: horácka 0,35l, 50g chlieb /b/ 100g Kura na čínsky spôsob (kur. prsia), 190g ryža, (1,7)	50g Rožok grahamový, 50g syrokrem (1,7)	300g Krupicová kaša s kakaom a maslom, 250ml čaj (1,7)
13	U	250 ml Granko/čaj, 110g mini bábovka, 20g maslo (1,7)	50g Chlieb /r/, 20g džem (1)	Polievka: francúzska 0,35 l, 50g chlieb /b/ 63g Hov. pečienka sviečková (HZ), 190g knedľa, 35g čokoládka (1,3,7)	50g Chlieb /z/, 50g šunka (1)	100g Chlieb /z/, 0,35l fazuľová s párkom, 250ml čaj (1)
14	S	250 ml Č. káva/čaj, 100g chlieb /r/, 50g nátierka z treškej pečene, 60g zelenina (1,4,7)	55g Čokoládový croissant (1)	Polievka: brokolicová 0,35l, 50g chlieb /b/ 150g Liptovská zmes (br. bôčik), 200g zemiaková kaša, 120g šalát (1,7)	Ovocie	300g Cestoviny s tvarohom a slaninkou, 250ml čaj (1,7)
15	Š	250 ml Čaj, 100g chlieb /r/, 70g varená špekačka, 20g horčica (1,10)	Ovocie	Polievka: zeleninová 0,35l, 50g chlieb /b/ 64g Br. na hubách (br. stehno), 190g tarhoňa, 120g šalát (1)	Puding s piškótami (1,7)	310g Zemiaky pečené, 250ml zakysanka/čaj (1,7)
16	P	250 ml Čaj, 100g chlieb /r/, zavináče, ovocie (1,4)	45g Cereálny croissant, 20g syr (1,7)	Polievka: fazuľková kyslá 0,35 l, 50g chlieb /b/ 320g Kysnutý koláč tvarohový s ovocím, ovocie (1,3,7)	Pagáč škvarkový 2ks (1)	140g Vajcia miešané so salámou, 100g chlieb /z/, 250ml čaj (1,3)
17	S	250 ml B. káva/čaj, 133g bzovický koláč, 50g medová nátierka, ovocie (1,7)	50g Chlieb /r/, 20g maslo (1,7)	Polievka: cesnaková 0,35l, 50g chlieb /b/ 180g Tekvicový prívarok, 63g hov. dusené (HP), 100g chlieb /z/ (1,7)	45g Rožok biely, 145g jogurt (1,7)	100g Chlieb /z/, 100g tlačienka, cibuľa, ovocie, 250ml čaj (1)
18	N	250 ml Čaj, 100g chlieb /r/, 50g saláma, 20g maslo, 50g syr tehla (1,7)	Ovocie	Polievka: vývar z kostí 0,35l, 160g Vyprážané kuracie stehno (kur. stehno), 200g zemiaková kaša, 120g kompót (1,3,7,9)	50g Keksík (1)	0,35l Zapražená mrvenica, 100g chlieb /z/, 250ml čaj (1)

obyvateľ

sestra

kuchárka

RSP

riaditeľ

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
7. Mlieko a výrobky z neho

8. Orechy (mandle, lieskové orechy, vlašské orechy) a výrobky z nich
 9. Zeler a výrobky z neho
 10. Horčica a výrobky z nej
 11. Sésamové semená a výrobky z nich
 12. Oxid siričitý a siričitany v koncentráciach vyšších ako 10 mg/kg alebo 10 mg/l vyjadrené ako SO₂
 13. Vlčí bôb a výrobky z neho
 14. Mäkkýše a výrobky z nich
- Zmena jedálneho lístka je vyhradená**



Jedálny lístok

za čas od 12.01.2026 do 18.01.2026

DIABETICKÝ



Dátum	Deň	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	DIA Večera II.
12	P	250 ml Čaj, 100g chlieb /r/, 50g šunka, 20g maslo, 1ks varené vajce, ovocie (1,3,7)	50g Keksík dia (1)	Polievka: horácka 0,35l, 50g chlieb /b/ 100g Kura na čínsky spôsob (kur. prsia), 190g ryža, (1,7)	50g Rožok grahamový, 50g syrokrem (1,7)	300g Krupicová kaša s kakaom a maslom, 250ml čaj (1,7)	50g Chlieb /č/, 50g šunka (1)
13	U	250 ml Čaj, 55g syrovo-cesnaková štangľa 2ks, ovocie (1,7)	50g Chlieb /r/, 20g maslo (1)	Polievka: francúzska 0,35 l, 50g chlieb /b/ 63g Hov. pečienka sviečková (HZ), 190g knedľa, 45g dru tyčinky slané (1,3,7)	50g Chlieb /z/, 50g šunka (1)	100g Chlieb /z/, 0,35l fazuľová s párkom, 250ml čaj (1)	50g Rožok grahamový, 20g maslo (1,7)
14	S	250 ml Č. káva/čaj, 100g chlieb /r/, 50g nátierka z treškej pečene, 60g zelenina (1,4,7)	45g Cereálny croissant, 20g maslo (1,7)	Polievka: brokolicová 0,35l, 50g chlieb /b/ 150g Liptovská zmes (br. bôčik), 200g zemiaková kaša, 120g šalát (1,7)	Ovocie	300g Cestoviny s tvarohom a slaninkou, 250ml čaj (1,7)	45g Rožok celozrnný, 20g syr (1,7)
15	Š	250 ml Čaj, 100g chlieb /r/, 70g varená špekačka, 20g horčica (1,10)	Ovocie	Polievka: zeleninová 0,35l, 50g chlieb /b/ 64g Br. na hubách (br. stehno), 190g tarhoňa, 120g šalát (1)	Puding s piškótami (1,7)	310g Zemiaky pečené, 250ml zakysanka/čaj (1,7)	75g Syrovo-pizzový šnek (1,7)
16	P	250 ml Čaj, 100g chlieb /r/, zavináče, ovocie (1,4)	45g Cereálny croissant, 20g syr (1,7)	Polievka: fazuľková kyslá 0,35 l, 50g chlieb /b/ 320g Kysnutý koláč tvarohový s ovocím, ovocie (1,3,7)	Pagáč škvarkový 2ks (1)	140g Vajcia miešané so salámou, 100g chlieb /z/, 250ml čaj (1,3)	50g Chlieb /č/, 50g saláma (1)
17	S	250 ml B. káva/čaj, 133g bzovický koláč, 20g maslo, ovocie (1,7)	50g Chlieb /r/, 20g dia džem (1,7)	Polievka: cesnaková 0,35l, 50g chlieb /b/ 180g Tekvicový prívarok, 63g hov. dusené (HP), 100g chlieb /z/ (1,7)	45g Rožok celozrnný, 145g jogurt biely (1,7)	100g Chlieb /z/, 100g tlačenka, cibuľa, ovocie, 250ml čaj (1)	40g Syrový slimák (1,7)
18	N	250 ml Čaj, 100g chlieb /r/, 50g saláma, 20g maslo, 50g syr tehla, 60g zelenina (1,7)	Ovocie	Polievka: vývar z kostí 0,35l, 160g Vyprážané kuracie stehno (kur. stehno), 200g zemiaková kaša, 120g kompót dia (1,3,7,9)	50g Keksík dia (1)	0,35l Zapražená mrvenica, 100g chlieb /z/, 250ml čaj (1)	50g Chlieb /č/, 50g nárez (1)

.....
obyvateľ

.....
sestra

.....
kuchárka

.....
RSP

.....
riaditeľ

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
7. Mlieko a výrobky z neho

8. Orechy (mandle, lieskové orechy, vlašské orechy) a výrobky z nich
 9. Zeler a výrobky z neho
 10. Horčica a výrobky z nej
 11. Sésamové semená a výrobky z nich
 12. Oxid siričitý a siričitany v koncentráciach vyšších ako 10 mg/kg alebo 10 mg/l vyjadrené ako SO₂
 13. Vlčí bôb a výrobky z neho
 14. Mäčkyše a výrobky z nich
- Zmena jedálneho lístka je vyhradená**