



JEDÁLNY LÍSTOK DŇA 4.10.2021 - Pondelok

Raňajky:

Variant 1

3: Čaj s citrónom, Chlieb čierny, Nátierka syrová s reďkovkou

4: Čaj s citrónom, Chlieb biely, Nátierka syrová so šunkou

9: Čaj horký, Chlieb čierny, Nátierka syrová s reďkovkou

Variant 2

3: Čaj s citrónom, Chlieb biely, Paradajky, Maslo

Desiata:

3: Pomaranč

4: Pomaranč

9: Pomaranč

Obed:

3: Pol.fazuľová s údeným, Chlieb čierny, Žemľovka s tvarohom a jablkami, Čaj ovocný

4: Pol.hov.s mäsom a cestovinami, Žemľovka s tvarohom a jablkami, Čaj ovocný

9: Pol.fazuľová s údeným, Chlieb čierny, Cestoviny s brokolicou, Omáčka syrová, Čaj ovocný

Olovrant:

3: Croissant bal.plnený

4: Croissant bal.plnený

9: Sušienky DIA

Večera:

3: Brav.mäso na hrášku, Zemiaky varené, Čaj so sirupom

4: Brav.mäso na hrášku, Zemiaky varené, Čaj so sirupom

9: Brav.mäso na hrášku, Zemiaky varené, Čaj horký

Druhá večera:

9: Chlieb čierny, Šunka dusená, Paprika

Nutričné hodnoty:

Podkategórie	E [kJ]	E [kcal]	Tuky [g]	Bielk. [g]	Sach. [g]
3 (racionálna)	14 609	3 486	161,5	86,9	416,5
4 (žlčníková)	11 271	2 688	98,9	78,8	361,9
9 (diabetická)	12 403	2 960	163,8	87,5	292,2



JEDÁLNY LÍSTOK DŇA 5.10.2021 - Utorok

Raňajky:

- 3: Káva biela, Čaj so sirupom, Chlieb biely, Maslo, Džem porciovaný
- 4: Káva biela, Čaj so sirupom, Chlieb biely, Maslo, Džem porciovaný
- 9: Káva biela, Čaj horký, Chlieb čierny, Maslo, Džem porc.dia

Desiata:

- 3: Banány
- 4: Banány
- 9: Banány

Obed:

- 3: Pol.zelen.so strúh.cestom, Brav.stehno hamburské, Kolienska, Čaj so sirupom
- 4: Pol.zelen.so strúh.cestom, Brav.mäso na mrkve, Kolienska, Čaj so sirupom
- 9: Pol.zelen.so strúh.cestom, Brav.stehno hamburské, Kolienska, Čaj horký

Olovrant:

- 3: Keks
- 4: Keks
- 9: Keks dia

Večera:

- 3: Granatiersky pochod, Uhorky steril., Čaj so sirupom
- 4: Granatiersky pochod, Šalát cviklový, Čaj so sirupom
- 9: Hov.roštenka prírodná, Zemiaky s maslom popučené, Uhorky steril.DIA, Čaj horký

Druhá večera:

- 9: CHlieb viacvrnný, Pena šunková

Nutričné hodnoty:

Podkategória	E [kJ]	E [kcal]	Tuky [g]	Bielk. [g]	Sach. [g]
3 (racionálna)	10 537	2 515	92,1	70,9	348,4
4 (žlčníková)	10 293	2 458	91,1	59,1	348,0
9 (diabetická)	10 873	2 591	244,8	114,8	441,1



JEDÁLNY LÍSTOK DŇA 6.10.2021 - Streda

Raňajky:

- 3: Granko, Čaj so sirupom, Maslo, Chala s posypom
- 4: Granko, Čaj so sirupom, Maslo, Chala bez posypu
- 9: Mlieko, Čaj horký, Chlieb čierny, Maslo, Vajce na tvrdo

Desiata:

- 3: Slivky
- 4: Slivky
- 9: Slivky

Obed:

- 3: Pol.kalerábová, Kur.roláda so špenátom, Slovenská ryža., Kompót miešaný, Čaj s citrónom
- 4: Pol.kalerábová, Kur.roláda s ml.mäsom, Slovenská ryža., Kompót miešaný, Čaj s citrónom
- 9: Pol.kalerábová, Kur.roláda so špenátom, Slovenská ryža., Kompót miešaný dia, Čaj horký

Olovrant:

- 3: Detská výživa 120g
- 4: Detská výživa 120g
- 9: Detská výživa 120g

Večera:

- 3: Tlačenka svetlá, Syr trojuholník, Chlieb biely, Čaj s citrónom
- 4: Šunka hydínová, Maslo por.10g, Paradajky, Chlieb biely, Čaj s citrónom
- 9: Tlačenka svetlá, Syr tavený v črievku, Chlieb čierny, Čaj horký

Druhá večera:

- 9: CHlieb viacvrnný, Paštéta 50 g

Nutričné hodnoty:

Podkategórie	E [kJ]	E [kcal]	Tuky [g]	Bielk. [g]	Sach. [g]
3 (racionálna)	8 937	2 134	82,6	58,2	293,7
4 (žlčníková)	8 448	2 018	72,7	48,3	297,1
9 (diabetická)	8 019	1 918	97,1	76,1	176,7



JEDÁLNY LÍSTOK DŇA 7.10.2021 - Štvrtok

Raňajky:

- 3: Káva biela, Čaj s citrónom, Chlieb biely, Maslo, Med porciovaný
- 4: Káva biela, Čaj s citrónom, Chlieb biely, Maslo, Med porciovaný
- 9: Káva biela, Čaj horký, Chlieb čierny, Maslo, Džem porc.dia

Desiata:

- 3: Nektarinky
- 4: Nektarinky
- 9: Nektarinky

Obed:

- 3: Pol.morčacia, Prívarok kelový, Karbonátok vyprážený, Čaj ovocný, Chlieb čierny
- 4: Pol.morčacia, Prívarok tekvicový, Karbonátok dusený, Zemiaky varené, Čaj ovocný
- 9: Pol.morčacia, Prívarok kelový, Karbonátok vyprážený, Zemiaky varené, Čaj ovocný, Chlieb čierny

Olovrant:

- 3: Keks
- 4: Keks
- 9: Keks dia

Večera:

- 3: Kur.pečeň restovaná, Tarhoňa., Čaj so sirupom
- 4: Hov.guláš debrecínský, Tarhoňa., Čaj so sirupom
- 9: Hov.guláš debrecínský, Tarhoňa., Čaj horký

Druhá večera:

- 9: Chlieb čierny, Sardinky

Nutričné hodnoty:

Podkategória	E [kJ]	E [kcal]	Tuky [g]	Bielk. [g]	Sach. [g]
3 (racionálna)	11 927	2 841	101,5	103,1	373,9
4 (žlčníková)	11 694	2 796	93,6	95,1	382,3
9 (diabetická)	13 753	3 277	254,1	150,2	546,0



JEDÁLNY LÍSTOK DŇA 8.10.2021 - Piatok

Raňajky:

- 3: Čaj ovocný, Chlieb čierny, Párky bratislavské, Horčica
- 4: Čaj ovocný, Chlieb biely, Párky bratislavské, Kečup
- 9: Čaj ovocný, Chlieb čierny, Párky bratislavské, Horčica

Desiata:

- 3: Banány
- 4: Banány
- 9: Banány

Obed:

- 3: Pol.francúzska, Guľky s údeným mäsom, Čaj s citrónom
- 4: Pol.hrášková s krúpami, Nákyp zeleninový so syrom, Zemiaková kaša I, Šalát paradajkový, Čaj s citrónom
- 9: Pol.francúzska, Guľky s údeným mäsom, Čaj horký

Olovrant:

- 3: Krémeš pekársky
- 4: Krémeš pekársky
- 9: Croissant celozrnný

Večera:

- 3: Morč.prsia na zelenine, Zemiaky americké, Čaj so sirupom
- 4: Morč.prsia na zelenine, Tarhoňa, Čaj so sirupom
- 9: Morč.prsia na zelenine, Zemiaky americké, Čaj horký

Druhá večera:

- 9: Chlieb čierny, Maslo por.10g, Syr plátkový

Nutričné hodnoty:

Podkategória	E [kJ]	E [kcal]	Tuky [g]	Bielk. [g]	Sach. [g]
3 (racionálna)	7 678	1 839	91,0	64,4	181,6
4 (žlčníková)	11 752	2 815	113,6	97,2	340,4
9 (diabetická)	6 839	1 631	96,2	71,3	114,9



JEDÁLNY LÍSTOK DŇA 9.10.2021 - Sobota

Raňajky:

- 3: Čaj s citrónom, Chlieb biely, Maslo, Vajce na tvrdo
- 4: Čaj s citrónom, Chlieb biely, Maslo, Saláma šunková
- 9: Čaj horký, Chlieb čierny, Maslo, Vajce na tvrdo, Saláma strážovská

Desiata:

- 3: Pomaranč
- 4: Pomaranč
- 9: Pomaranč

Obed:

- 3: Pol.rascová s vajcom, Brav.guláš debrecínsky, Vretená, Čaj so sirupom
- 4: Pol.rascová s vajcom, Brav.guláš debrecínsky, Vretená, Čaj so sirupom
- 9: Pol.rascová s vajcom, Brav.guláš debrecínsky, Vretená, Čaj horký

Olovrant:

- 3: Slimák cesnakový
- 4: Šatôčka marmeládová
- 9: Croissant celozrnný

Večera:

- 3: Kaša krupicová, Čaj ovocný
- 4: Kaša krupicová, Čaj ovocný
- 9: Hov.závitok, Zemiaky s maslom popučené, Kompót jablko dia, Čaj ovocný

Druhá večera:

- 9: Chlieb čierny, Maslo por.10g, Džem porc.dia

Nutričné hodnoty:

Podkategória	E [kJ]	E [kcal]	Tuky [g]	Bielk. [g]	Sach. [g]
3 (racionálna)	10 184	2 429	115,0	68,5	278,9
4 (žlčníková)	11 115	2 657	122,6	74,2	314,3
9 (diabetická)	11 505	2 746	164,7	88,7	231,1



JEDÁLNY LÍSTOK DŇA 10.10.2021 - Nedeľa

Raňajky:

- 3: Granko, Čaj s citrónom, Vianočka, Maslo
- 4: Granko, Čaj s citrónom, Vianočka, Maslo
- 9: Mlieko, Čaj horký, Chlieb čierny, Praženica

Desiata:

- 3: Detská výživa 120g
- 4: Detská výživa 120g
- 9: Detská výživa 120g

Obed:

Variant 1

- 3: Pol.husacia, Kur.prsia provensalské, Ryža dusená, Kompót miešaný, Čaj so sirupom
- 4: Pol.husacia, Kur.prsia provensalské, Ryža dusená, Kompót miešaný, Čaj so sirupom
- 9: Pol.husacia, Kur.prsia provensalské, Ryža dusená, Kompót miešaný dia, Čaj horký

Variant 2

- 3: Pol.husacia, Kur.prsia provensalské, Zemiaky varené, Kompót miešaný, Čaj so sirupom
- 4: Pol.husacia, Kur.prsia provensalské, Zemiaky varené, Kompót miešaný, Čaj so sirupom
- 9: Pol.husacia, Kur.prsia provensalské, Zemiaky varené, Kompót miešaný dia, Čaj horký

Olovrant:

- 3: Keks kap-kejk
- 4: Keks kap-kejk
- 9: Keks dia

Večera:

- 3: Kurací bochník plnený, Syr trojuholník, Chlieb biely, Čaj ovocný
- 4: Šunka hydínová, Syr trojuholník, Maslo por.10g, Chlieb biely, Čaj ovocný
- 9: Kurací bochník plnený, Syr trojuholník, Paradajky, Chlieb čierny, Čaj ovocný

Druhá večera:

- 9: Chlieb čierny, Šunka dusená, Maslo, Paprika

Nutričné hodnoty:

Podkategória	E [kJ]	E [kcal]	Tuky [g]	Bielk. [g]	Sach. [g]
3 (racionálna)	9 220	2 200	73,7	84,5	243,8
4 (žlčníková)	9 489	2 264	81,0	84,8	251,1
9 (diabetická)	10 678	2 549	227,0	144,6	367,3



JEDÁLNY LÍSTOK DŇA 11.10.2021 - Pondelok

Raňajky:

Variant 1

3: Čaj s citrónom, Chlieb čierny, Nátierka syrová s paprikou

4: Čaj s citrónom, Chlieb biely, Nátierka syrová s kečupom

9: Čaj horký, Chlieb čierny, Nátierka syrová s paprikou

Variant 2

3: Čaj s citrónom, Maslo, Syr trojuholník, Chlieb biely

Desiata:

3: Detská výživa 120g

4: Detská výživa 120g

9: Detská výživa 120g

Obed:

Variant 1

3: Pol.frankfurská s párkom, Dukátové buchtičky s krémom, Čaj ovocný

4: Pol.hrášková s hubami, Kur.prsia poľovnícke, Tarhoňa, Čaj ovocný

9: Pol.frankfurská s párkom, Kur.prsia poľovnícke, Tarhoňa, Čaj ovocný

Variant 2

Pol.frankfurská s párkom, Kur.prsia poľovnícke, Zemiaky varené, Čaj ovocný

Olovrant:

3: Keks

4: Keks

9: Brioška Dia

Večera:

3: Brav.mäso s kalerábom, Kolienska, Čaj so sirupom

4: Brav.mäso s kalerábom, Kolienska, Čaj so sirupom

9: Brav.mäso s kalerábom, Kolienska, Čaj horký

Druhá večera:

9: Chlieb čierny, Syr plátkový, Paradajky

Nutričné hodnoty:

Podkategória	E [kJ]	E [kcal]	Tuky [g]	Bielk. [g]	Sach. [g]
3 (racionálna)	12 103	2 883	123,8	73,1	366,9
4 (žlčníková)	8 607	2 057	79,8	77,8	243,8
9 (diabetická)	9 809	2 343	112,8	97,0	234,3



JEDÁLNY LÍSTOK DŇA 12.10.2021 - Utorok

Raňajky:

- 3: Čaj s citrónom, Chlieb biely, Maslo, Med porciovaný
- 4: Čaj s citrónom, Chlieb biely, Maslo, Med porciovaný
- 9: Čaj horký, Chlieb čierny, Maslo, Syr tavený v črievku

Desiata:

- 3: Banány
- 4: Banány
- 9: Banány

Obed:

Variant 1

- 3: Pol.zelerová so zemiľou, Kur.stehno pečené s plnkou, Zemiaková kaša I, Kompót slivkový, Čaj so sirupom
- 4: Pol.zelerová so zemiľou, Kur.stehno pečené s plnkou, Zemiaková kaša I, Kompót slivkový, Čaj so sirupom
- 9: Pol.zelerová so zemiľou, Kur.stehno pečené s plnkou, Zemiaková kaša I, Kompót miešaný dia, Čaj horký

Variant 2

- 3: Pol.zelerová so zemiľou, Kur.stehno pečené s plnkou, Zemiaky varené, Kompót slivkový, Čaj so sirupom

Olovrant:

- 3: Smajlík
- 4: Smajlík
- 9: Brioška Dia

Večera:

- 3: Kaša ryžová, Čaj so sirupom
- 4: Kaša ryžová, Čaj so sirupom
- 9: Hov.na záhrad.spôsob, Koliienka, Čaj horký, Voda minerálna 0,5l

Druhá večera:

- 9: CHlieb viacvrnný, Maslo, Paprika, Saláma litovská

Nutričné hodnoty:

Podkategórie	E [kJ]	E [kcal]	Tuky [g]	Bielk. [g]	Sach. [g]
3 (racionálna)	9 260	2 208	73,7	96,6	297,6
4 (žlčníková)	9 017	2 151	72,9	95,3	285,4
9 (diabetická)	11 068	2 646	123,6	108,9	273,3



JEDÁLNY LÍSTOK DŇA 13.10.2021 - Streda

Raňajky:

- 3: Čaj s citrónom, Granko, Hrebeň orechový, Šatôčka tvarohová
- 4: Čaj s citrónom, Granko, Hrebeň s marmeládou, Šatôčka tvarohová
- 9: Čaj horký, Mlieko, Chlieb čierny, Maslo, Džem porc.dia

Desiata:

- 3: Pomaranč
- 4: Pomaranč
- 9: Pomaranč

Obed:

- 3: Pol.krúpková, Hov.roštenka viedenská, Zemiaková kaša II, Obloha-hl.kapusta, mrkva, kukurica, Čaj so sirupom
- 4: Pol.krúpková, Hov.roštenka viedenská, Zemiaková kaša II, Marin.mrkva, Čaj so sirupom
- 9: Pol.krúpková, Hov.roštenka viedenská, Zemiaková kaša II, Obloha-hl.kapusta, mrkva, kukurica, Čaj horký

Olovrant:

- 3: Perník ovocný
- 4: Perník ovocný
- 9: Jogurt biely

Večera:

- 3: Paštéta 75 g, Syr trojuholník, Paradajky, Chlieb biely, Čaj so sirupom
- 4: Saláma šunková, Syr trojuholník, Maslo por.10g, Paradajky, Chlieb biely, Čaj so sirupom
- 9: Paštéta 75 g, Syr trojuholník, Paradajky, Chlieb čierny, Čaj horký

Druhá večera:

- 9: Chlieb čierny, Syr trojuholník, Paprika

Nutričné hodnoty:

Podkategórie	E [kJ]	E [kcal]	Tuky [g]	Bielk. [g]	Sach. [g]
3 (racionálna)	8 551	2 038	49,1	67,6	286,9
4 (žlčníková)	8 755	2 088	70,3	73,8	300,0
9 (diabetická)	9 405	2 240	69,1	87,2	278,4



JEDÁLNY LÍSTOK DŇA 14.10.2021 - Štvrtok

Raňajky:

Variant 1

3: Čaj s citrónom, Nátierka viedenská, Chlieb biely, Paradajky

4: Čaj s citrónom, Nátierka tvarohová, Chlieb biely, Paradajky

9: Čaj horký, Nátierka viedenská, Chlieb čierny, Paradajky

Variant 2

3: Čaj s citrónom, Chlieb biely, Maslo, Saláma šunková

Desiata:

3: Slivky

4: Slivky

9: Slivky

Obed:

3: Pol.kalerábová s mrvanicou, Prívarok zemiakový, Karbonátok vyprážený, Chlieb čierny, Čaj so sirupom

4: Pol.kalerábová s mrvanicou, Prívarok zemiakový, Karbonátok dusený, Chlieb biely, Čaj so sirupom

9: Pol.kalerábová s mrvanicou, Prívarok zemiakový, Karbonátok vyprážený, Chlieb čierny, Čaj horký

Olovrant:

3: Detská výživa 120g

4: Detská výživa 120g

9: Detská výživa 120g

Večera:

3: Koláč kokosový, Káva čierna

4: Fľačky na pražský spôsob, Čaj s citrónom

9: Fľačky na pražský spôsob, Čaj ovocný

Druhá večera:

9: Chlieb čierny, Paštéta 50 g, Paradajky

Nutričné hodnoty:

Podkategória	E [kJ]	E [kcal]	Tuky [g]	Bielk. [g]	Sach. [g]
3 (racionálna)	13 419	3 181	112,1	80,3	474,5
4 (žlčníková)	10 893	2 604	99,2	82,9	342,3
9 (diabetická)	11 872	2 817	136,1	97,6	303,8



JEDÁLNY LÍSTOK DŇA 15.10.2021 - Piatok

Raňajky:

- 3: Čaj s citrónom, CHlieb vo vajci
- 4: Čaj s citrónom, Chlieb biely, Omeleta so syrom
- 9: Čaj horký, CHlieb vo vajci

Desiata:

- 3: Banány
- 4: Banány
- 9: Banány

Obed:

- 3: Pol.zemiaková kyslá, Rizoto hubové II., Šalát mrkvový s jablkami, Čaj so sirupom
- 4: Pol.z ovsených vločiek, Guľky tvarohové, Čaj so sirupom
- 9: Pol.zemiaková kyslá, Rizoto hubové II., Šalát mrkvový s jablkami, Čaj horký

Olovrant:

- 3: Tvaroháčik
- 4: Tvaroháčik
- 9: Jogurt biely

Večera:

- 3: Kur.prsia po kaukazsky, Zemiaky varené, Marin.mrkva, Čaj s citrónom
- 4: Kur.prsia po kaukazsky, Zemiaky varené, Marin.mrkva, Čaj s citrónom
- 9: Kur.prsia po kaukazsky, Zemiaky varené, Marin.mrkva, Čaj horký

Druhá večera:

- 9: CHlieb viacvrnný, Saláma litovská, Maslo por.10g

Nutričné hodnoty:

Podkategória	E [kJ]	E [kcal]	Tuky [g]	Bielk. [g]	Sach. [g]
3 (racionálna)	11 063	2 643	84,4	84,0	312,3
4 (žlčníková)	10 939	2 613	89,5	128,4	320,7
9 (diabetická)	10 602	2 530	98,8	99,7	237,2



JEDÁLNY LÍSTOK DŇA 16.10.2021 - Sobota

Raňajky:

Variant 1

3: Čaj s citrónom, Chlieb biely, Maslo, Med porciovaný

4: Čaj s citrónom, Chlieb biely, Maslo, Med porciovaný

9: Čaj horký, Chlieb čierny, Maslo, Syr plátkový

Variant 2

3: Čaj s citrónom, Chlieb čierny, Maslo, Med porciovaný

Desiata:

3: Detská výživa 120g

4: Detská výživa 120g

9: Detská výživa 120g

Obed:

3: Pol.šošovicová mlieč.so zemiakmi, Rizoto s brav.mäsom a zeleninou, Repa červená steril., Čaj ovocný

4: Pol.cibuľová s cestovinou, Rizoto s brav.mäsom a zeleninou, Repa červená steril., Čaj ovocný

9: Pol.šošovicová mlieč.so zemiakmi, Rizoto s brav.mäsom a zeleninou, Repa červená DIA, Čaj ovocný

Olovrant:

3: Perník ovocný

4: Keks kap-kejk

9: Jogurt biely

Večera:

3: Rezance s tvarohom, Čaj so sirupom

4: Rezance s tvarohom, Čaj so sirupom

9: Hov.pečienka pražská, Zemiaky s maslom popučené, Kompót marhuľa dia, Čaj horký

Druhá večera:

9: Maslo por.10g, Paradajky, CHlieb viacvrnný

Nutričné hodnoty:

Podkategória	E [kJ]	E [kcal]	Tuky [g]	Bielk. [g]	Sach. [g]
3 (racionálna)	11 351	2 322	99,3	80,1	306,0
4 (žlčníková)	9 214	1 814	87,4	60,1	220,4
9 (diabetická)	11 493	2 739	139,3	96,2	209,9



JEDÁLNY LÍSTOK DŇA 17.10.2021 - Nedeľa

Raňajky:

- 3: Granko, Čaj s citrónom, Závin orechový
- 4: Granko, Čaj s citrónom, Závin jablkový
- 9: Mlieko, Čaj horký, Maslo, Šunka pražská, Syr plátkový, Chlieb čierny

Desiata:

- 3: Detská výživa 120g
- 4: Detská výživa 120g
- 9: Detská výživa 120g

Obed:

Variant1

- 3: Pol.morčacia, Kur.prsia so šunkou a zelen., Ryža dusená, Čaj ovocný
- 4: Pol.morčacia, Kur.prsia so šunkou a zelen., Ryža dusená, Čaj ovocný
- 9: Pol.morčacia, Kur.prsia so šunkou a zelen., Ryža dusená, Čaj ovocný

Variant2

- 3: Pol.morčacia, Kur.prsia so šunkou a zelen., Zemiaky s maslom popučené, Čaj ovocný
- 4: Pol.morčacia, Kur.prsia so šunkou a zelen., Zemiaky s maslom popučené, Čaj ovocný

Olovrant:

- 3: Perník s čokolád.polevou
- 4: Perník s čokolád.polevou
- 9: Keks dia

Večera:

- 3: Ruské vajce, Syr trojuholník, Chlieb biely, Čaj so sirupom
- 4: Syr trojuholník, Šunka hydinová, Paradajky, Chlieb biely, Čaj so sirupom
- 9: Ruské vajce, Syr trojuholník, Paradajky, Chlieb čierny, Čaj horký

Druhá večera:

- 9: Chlieb čierny, Paprika, Pena šunková

Nutričné hodnoty:

Podkategória	E [kJ]	E [kcal]	Tuky [g]	Bielk. [g]	Sach. [g]
3 (racionálna)	10 345	2 462	93,7	87,4	279,7
4 (žlčníková)	10 437	2 490	91,2	96,2	281,6
9 (diabetická)	10 165	2 421	226,9	125,1	353,2