

Jedálny lístok: šetriaci –24 týždeň 08.06. – 14.06.2026

PONDELOK

Raňajky: Mrkvová nátierka 60g, graham.rožok 2ks, 250ml čaj  
Desiata: Ovocie 1 ks, nesladený čaj k liekom 200ml  
Obed polievka: Hovädzia so zeleninou 0,33l  
Obed hl.jedlo: Srbské rizoto, struh.syr, uhorka 350g/80g  
Olovrant: Puding 1ks, nesladený čaj k liekom 200ml  
Večera 1.: Brav.karé na zelenine, varené zemiaky 77/0,2l/240g  
Večera 2.: Acidko 1 ks

UTOROK

Raňajky: Mini Rama 2ks, Mini džem 1ks, lupička 2ks, biela káva 250 ml  
Desiata: Ovocie 1 ks, čaj k liekom 200ml  
Obed polievka: Jarná zeleninová polievka 0,33l  
Obed hl.jedlo: Tofu kocky na zelenine, tarhoňa 74g/0,2l/200g  
Olovrant: Jogurtový nápoj 1ks, nesladený čaj k liekom 200ml,  
Večera 1.: Gulášová polievka, chlieb 0,4l/100g 1,3,7  
Večera 2.: Trojuhol.syr 1ks , grahamový chlieb 50g

STREDA

Raňajky:, Hyd.saláma 50g, mini maslo 2ks, graham.chlieb 50g, čaj 250ml  
Desiata: Ovocie 1 ks, nesladený čaj k liekom 200ml  
Obed polievka: Francúzska s cestovinou 0,33l  
Obed hl.jedlo: Bryndzové halušky, slaninka 350g  
Olovrant: Ovocná taštička 1ks, nesladený čaj k liekom 200ml,  
Večera 1.: Zemiakové placky so strúh.syrom 350g  
Večera 2.: Dia keks 1ks

ŠTVRTOK

Raňajky: Syr v črievku 100g, paradajka 30g, chlieb 120g, čaj 250ml  
Desiata: Ovocie 1 ks, nesladený čaj k liekom 200ml  
Obed polievka: Zeleninová polievka 0,33l  
Obed hl.jedlo: Pečená sekaná v rajčinovej omáčke, varené zemiaky 100g/0,2l/240g  
Olovrant: Jogurt 1 ks, čaj k liekom 200ml  
Večera 1.: Živánska s bravč.plieckom, čalamáda 350g  
Večera 2.: Plátkový syr 1ks, mini maslo 1ks, chlieb 50g

#### PIATOK

Raňajky: Šunková nátierka 60g, celozrnná žemľa 2ks, nesladený čaj 200ml  
Desiata: Ovocie 1 ks, nesladený prasličkový čaj k liekom 200ml  
Obed polievka: Kalerábová polievka 0,33 l 1,7  
Obed hl.jedlo: Ovocné knedličky, maslo, škoricová strúhanka 350g  
Olovrant: Trojuholnik.syr 1 ks, rožok, nesladený čaj k liekom 200ml  
Večera 1.: Pučené zemiaky, acidko 350/1ks  
Večera 2.: Celozrnný rožok 1 ks, maslo 10g, rajčina

#### SOBOTA

Raňajky: Smotanová nátierka 60g, chlieb 100g, nesladený čaj s citrónom 250ml  
Desiata: Ovocie 1 ks, nesladený čaj k liekom 200ml  
Obed polievka: Frankfurtská polievka 0,33l  
Obed hl.jedlo: Kur.prsia na záhradnícky spôsob, cestoviny, šalát 77g/0,2l/240/80g  
Olovrant: Jogurt biely 1 ks, nesladený čaj k liekom 200ml  
Večera 1. Šunka 100g, plátkový syr 1ks, mini maslo 2ks, zelenina 30g, chlieb 100g  
Večera 2.: plátkový syr 1ks, mini maslo 1ks, graham chlieb 50g

#### NEDEĽA

Raňajky: Vianočka celozrnná 120g, mini maslo 2ks, džem 1ks, granko 250 ml  
Desiata: Ovocie 1 ks, nesladený čaj k liekom 200ml  
Obed polievka: Hovädzí vývar so zeleninou 0,33 l  
Obed hl.jedlo: Brav. obrátený rezeň, varené zemiaky, kompót 80g/0,2l/240g  
Olovrant: Ovocná presnidávka 1ks, nesladený čaj k liekom 200ml  
Večera 1. Šunka 100g, mini maslo 20g, zelenina 50g, trojuhol. Syr 1ks, chlieb 120g  
Večera 2.: Celozrnný chlieb 50g s maslom 10g, rajčina