J E D Á L N Y L Í S T O K

Od 23.11.2026 do 29.11.2026

Centrum sociálnych služieb v Poprade *Druh stravy:* RACIONÁLNA STRAVA

Deň	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera
Pondelok 23.11.2026	Chlieb, šunková pena, špenát baby, čaj s citrónom (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)	Pomaranč	Polievka brokolicová 100g Mexický guláš, dusená ryža (obilniny, mlieko, zeler, vajcia)	Rožok, syr, cherry paradajky (mlieko, vajcia, obilniny, zeler)	Zemiaky babičkine s tvarohom, mlieko (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)
Utorok 24.11.2026	Žemľa, maslo, šunka morčacia, čaj ovocný (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)	Banán	Polievka topoľčianska, chlieb 350g Granadiersky pochod, cvikla (obilniny, mlieko, vajce, zeler)	Jogurt, piškóty (mlieko, vajcia, obilniny, zeler)	Bravčové stehno na zelenine, cestoviny (obilniny, mlieko, zeler, vajcia)
Streda 25.11.2026	Chlieb, nátierka nivová, čaj ovocný (obilniny, mlieko, zeler, vajcia)	Jablko	Polievka roľnícka 120g Zabíjačkový tanier, kyslá kapusta, varené zemiaky (obilniny, mlieko, vajce, zeler)	Obložená žemľa (mlieko, vajcia, obilniny, zeler)	Ovocná bublanina, vanilkový krém (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)
Štvrtok 26.11.2026	Chlieb, flóra, syr, šunka baťovská, šalát poľný, čaj s citrónom (obilniny, mlieko, zeler, vajcia)	Mandarínka	Polievka krupicová s vajcom 150g Kuracie pečienky, dusená ryža, kyslá uhorka (obilniny, mlieko, zeler, vajcia)	Múčnik (mlieko, vajcia, obilniny)	Zemiaky s cibuľkou, acidko (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)
Piatok 27.11.2026	Rožok, maslo, saláma vysočina, cherry paradajky, čaj ovocný (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)	Banán	Polievka hrachová, chlieb 330g Strapačky s bryndzou, mlieko (obilniny, mlieko, vajcia ,zeler)	Žemľa, syr, ½ papriky (mlieko, zeler, vajcia, obilniny)	Rybie prsty, varené zemiaky, kompót (obilniny, vajcia, mlieko, zeler, ryby)
Sobota 28.11.2026	Šatôčka, kakao, čaj ovocný (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)	Kiwi	Polievka mrkvová s haluškami 100g Sekaná, tekvicový prívarok, varené zemiaky (obilniny, mlieko, zeler, vajcia)	Chlieb, maslo, saláma (mlieko, zeler, vajcia, obilniny)	Chlieb, maslo, saláma, jablko (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)
Nedeľa 29.11.2026	Chlieb, maslo, bravčová šunka, ½ vajce, čaj ovocný (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)	Mandarínka	Polievka drobková s cestovinou 100g Vyprážaný bravčový rezeň, šalát zemiakový /bez majonézy/ (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)	Výživa	Chlieb, maslo, syr, keks (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)

Vypracovala: Bc. Vlasta Uhlárová
Vedúca jedálne

Schválila: Bc. Pitoňáková Eva
Koordinátor zdravotníckych činností

Mgr. Jana Jonasová
Riaditeľka CSS v Poprade

Zmeny v jedálnom lístku musia byť vyznačené

Hmotnosť mäsa je uvedená v surovom stave

J E D Á L N Y L Í S T O K

Od 23.11.2026 do 29.11.2026

Centrum sociálnych služieb v Poprade				ŠETRIACA STRAVA	
Deň	**Raňajky**	Desiata	Obed	Olovrant	**Večera**
Pondelok 23.11.2026	Chlieb, šunková pena, špenát baby, čaj s citrónom (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)	Pomaranč	Polievka brokolicová 100g Mexický guláš, dusená ryža (obilniny, mlieko, zeler, vajcia)	Rožok, syr, cherry paradajky (mlieko, vajcia, obilniny, zeler)	Zemiaky babičkine s tvarohom, mlieko (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)
Utorok 24.11.2026	Žemľa, maslo, šunka morčacia, čaj ovocný (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)	Banán	Polievka topoľčianska, chlieb 350g Granadiersky pochod, cvikla (obilniny, mlieko, vajce, zeler)	Jogurt, piškóty (mlieko, vajcia, obilniny, zeler)	Bravčové stehno na zelenine, cestoviny (obilniny, mlieko, zeler, vajcia)
Streda 25.11.2026	Chlieb, nátierka syrová, čaj ovocný (obilniny, mlieko, zeler, vajcia)	Jablko	Polievka roľnícka 120g Bravčový závitok, anglická zelenina, varené zemiaky (obilniny, mlieko, vajce, zeler)	Obložená žemľa (mlieko, vajcia, obilniny, zeler)	Ovocná bublanina, vanilkový krém (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)
Štvrtok 26.11.2026	Chlieb, flóra, syr, šunka baťovská, šalát poľný, čaj s citrónom (obilniny, mlieko, zeler, vajcia)	Mandarínka	Polievka krupicová s vajcom 150g Kuracie prsia na zelenine, dusená ryža, (obilniny, mlieko, zeler, vajcia)	Múčnik (mlieko, vajcia, obilniny)	Zemiaky s maslom acidko (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)
Piatok 27.11.2026	Rožok, maslo, saláma vysočina, cherry paradajky, čaj ovocný (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)	Banán	Polievka hráškový krém, chlieb 330g Strapačky s bryndzou, mlieko (obilniny, mlieko, vajcia ,zeler)	Žemľa, syr, ½ paradajka (mlieko, zeler, vajcia, obilniny)	Rybie prsty, varené zemiaky, kompót (obilniny, vajcia, mlieko, zeler, ryby)
Sobota 28.11.2026	Šatôčka, kakao, čaj ovocný (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)	Kiwi	Polievka mrkvová s haluškami 100g Sekaná, tekvicový prívarok, varené zemiaky (obilniny, mlieko, zeler, vajcia)	Chlieb, maslo, saláma (mlieko, zeler, vajcia, obilniny)	Chlieb, maslo, saláma, jablko (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)
Nedeľa 29.11.2026	Chlieb, maslo, bravčová šunka, ½ vajce, čaj ovocný (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)	Mandarínka	Polievka drobková s cestovinou 100g Prírodný bravčový rezeň, šalát zemiakový /bez majonézy/ (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)	Výživa	Chlieb, maslo, syr, keks (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)

Vypracovala: Bc. Vlasta Uhlárová
Vedúca jedálne

Schválila: Bc. Pitoňáková Eva
Koordinátor zdravotníckych činností

Mgr. Jana Jonasová
Riaditeľka CSS v Poprade

Zmeny v jedálnom lístku musia byť vyznačené

Hmotnosť mäsa je uvedená v surovom stave

J E D Á L N Y L Í S T O K

Od 23.11.2026 do 29.11.2026

Centrum sociálnych služieb v Poprade			*Druh stravy:*		DIABETICKÁ STRAVA	
Deň	**Raňajky**	**Desiata**	**Obed**	**Olovrant**	**Večera**	
Pondelok 23.11.2026	Čierny chlieb, šunková pena, špenát baby, čaj s citrónom (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)	Pomaranč	Polievka brokolicová 130g Mexický guláš, dusená ryža (obilniny, mlieko, zeler, vajcia)	Grahamový rožok, syr, cherry paradajky (mlieko, vajcia, obilniny, zeler)	Zemiaky babičkine s tvarohom, mlieko (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)	Grahamový rožok, maslo, šunka (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)
Utorok 24.11.2026	Grahamová žemľa, maslo, šunka morčacia, čaj ovocný (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)	Banán	Polievka topoľčianska, čierny chlieb 350g Granadiersky pochod, cvikla (obilniny, mlieko, vajce, zeler)	Jogurt, piškóty (mlieko, vajcia, obilniny, zeler)	Bravčové stehno na zelenine, cestoviny (obilniny, mlieko, zeler, vajcia)	Čierny chlieb, maslo, ½ paprika (obilniny, mlieko, vajcia)
Streda 25.11.2026	Čierny chlieb, nátierka nivová, čaj ovocný (obilniny, mlieko, zeler, vajcia)	Jablko	Polievka roľnícka 120g Zabíjačkový tanier, kyslá kapusta, varené zemiaky (obilniny, mlieko, vajce, zeler)	Obložená žemľa (mlieko, vajcia, obilniny, zeler)	Ovocná bublanina, vanilkový krém (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)	Čierny chlieb, maslo, saláma (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)
Štvrtok 26.11.2026	Čierny chlieb, flóra, syr, šunka baťovská, šalát poľný, čaj s citrónom (obilniny, mlieko, zeler, vajcia)	Mandarínka	Polievka krupicová s vajcom 180g Kuracie pečienky, dusená ryža, kyslá uhorka (obilniny, mlieko, zeler, vajcia)	Dia Pľundra (mlieko, vajcia, obilniny, zeler)	Zemiaky s cibuľkou, acidko (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)	Grahamová žemľa, výživa (obilniny, mlieko, vajcia)
Piatok 27.11.2026	Grahamový rožok, maslo, saláma vysočina, cherry paradajky, čaj ovocný (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)	Banán	Polievka hrachová, čierny chlieb 330g Strapačky s bryndzou, mlieko (obilniny, mlieko, vajcia ,zeler)	Grahamová žemľa, syr, ½ papriky (mlieko, zeler, vajcia, obilniny)	Rybie prsty, varené zemiaky, kompót (obilniny, vajcia, mlieko, zeler, ryby)	Čierny chlieb, maslo, ½ vajce (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)
Sobota 28.11.2026	Dia Šatôčka, kakao, čaj ovocný (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)	Kiwi	Polievka mrkvová s haluškami 130g Sekaná, tekvicový prívarok, varené zemiaky (obilniny, mlieko, zeler, vajcia)	Čierny chlieb, maslo, saláma (mlieko, zeler, vajcia, obilniny)	Čierny chlieb, maslo, saláma, jablko (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)	Čierny chlieb, maslo, syr (obilniny, mlieko, vajcia)
Nedeľa 29.11.2026	Čierny chlieb, maslo, bravčová šunka, ½ vajce, čaj ovocný (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)	Mandarínka	Polievka drobková s cestovinou 130g Vyprážaný bravčový rezeň, šalát zemiakový /bez majonézy/ (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)	Dia Výživa	Čierny chlieb, maslo, syr, keks (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)	Čierny chlieb, maslo, džem (obilniny, mlieko, vajcia, zeler)

Vypracovala: Bc. Vlasta Uhlárová
Vedúca jedálne

Schválila: Bc. Pitoňáková Eva
Koordinátor zdravotníckych činností

Mgr. Jana Jonasová
Riaditeľka CSS v Poprade

Zmeny v jedálnom lístku musia byť vyznačené

Hmotnosť mäsa je uvedená v surovom stave