

# Jedálny lístok IRIS – IV, Skačany 26.01. 2026 – 1.02. 2026

|                    |                      | Raňajky                               | Desiata               | Obed                                                                                | Olovrant          | Večera                                                      | II. Večera         |
|--------------------|----------------------|---------------------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------|--------------------|
| Pondelok<br>26.01. | Racionálna, šetriaca | Tav.syrček,suchá salama,chlieb čaj    | ovocie                | Krúpová s ml.mäsom a zeleninou,šošovicový prívarok,brav.údené stehno,cibuľka,chlieb | Mastný chlieb     | Kurací stroganov,ryža,čaj                                   |                    |
|                    | Dia                  | Tav.syrček,suchá salama,chlieb čaj    | ovocie                | Krúpová s ml.mäsom a zeleninou,šošovicový prívarok,brav.údené stehno,cibuľka,chlieb | Mastný chlieb     | Kurací stroganov,ryža,čaj                                   | Jogurt biely       |
|                    | Bezlepková – diéta,  | Tav.syrček,suchá salama,chlieb čaj    | ovocie                | Bravčové údené stehno,zemiaky                                                       | Mastný chlieb     | Kurací stroganov,ryža,čaj                                   |                    |
| Utorok<br>27.01.   | Racionálna, šetriaca | Sardinková nátierka,chlieb,biela káva | Keks                  | Zemiaková kyslá s vajíčkom,zem.placky s ovsenými vločkami,cesnakový dip             | Jablkové pyré     | Vyprážaný kurací rezeň v sezame,peč.zemiaky,tatárska omáčka |                    |
|                    | Dia                  | Sardinková nátierka,chlieb,biela káva | Keks Dia              | Zemiaková kyslá s vajíčkom,zem.placky s ovsenými vločkami,cesnakový dip             | Jablkové pyré     | Vyprážaný kurací rezeň v sezame,peč.zemiaky,tatárska omáčka | Acid.mlieko        |
|                    | Bezlepková – diéta,  | Sardinková nátierka,chlieb,biela káva | Keks                  | Zemiakové placky,cesnakový dresing                                                  | Jablkové pyré     | Prírodný kur.rezeň,zemiaky                                  |                    |
| Streda<br>28.01.   | Racionálna, šetriaca | Chlieb, saláma, horčica, čaj          | Jogurtový pohár       | Šošovicová sladká,gril.zelenina,gril.encián,dresing                                 | Ovocie            | Španielský vtáčik,rýža                                      |                    |
|                    | Dia                  | Chlieb, saláma, horčica,čaj           | Jogurtový pohár       | Šošovicová sladká,gril.zelenina,gril.encián,dresing                                 | Ovocie            | Španielský vtáčik,rýža                                      | Chlieb, nát. maslo |
|                    | Bezlepková – diéta,  | Chlieb,saláma,horčica,čaj             | Jogurtový pohár       | Šošovicová sladká,gril.zelenina,gril.encián,dresing                                 | Ovocie            | Mletý rezeň,ryža                                            |                    |
| Štvrtok<br>29.01.  | Racionálna, šetriaca | Rožok,maslo,paradajky,čaj             | Kompót                | Cesnaková krémová,krutony,hovädzie ragú na zelenine so smotanou,knedľa              | Biely jogurt      | Vyprážané ryb.file,cibuľkový šalát                          |                    |
|                    | Dia                  | Rožok,maslo,paradajky,čaj             | Kompót                | Cesnaková krémová,krutony,hovädzie ragú na zelenine so smotanou,knedľa              | Biely jogurt      | Vyprážané ryb.file,cibuľkový šalát                          | Pašték. chlieb     |
|                    | Bezlepková – diéta   | Rožok,maslo,paradajky,čaj             | Kompót                | Kuracie ragú na zelenine,var.zemiaky                                                | Biely jogurt      | Rybie filé na masle,cibuľkový šalát                         |                    |
| Piatok<br>30.01.   | Racionálna, šetriaca | Varene vajce1/2,syrček,chlieb,čaj     | Mrk. Šalát s jablkom, | Hrachová s párkom,koložvárska kapusta                                               | Chlieb s paštékou | Rezance s tvarohom na slano                                 |                    |
|                    | Dia                  | Varene vajce1/2,syrček,chlieb,čaj     | Mrk. Šalát s jablkom  | Hrachová s párkom,koložvárska kapusta                                               | Chlieb s paštékou | Rezance s tvarohom na slano                                 | Párok, chlieb      |

|               |                      |                                   |                      |                                                                           |                   |                                 |                         |
|---------------|----------------------|-----------------------------------|----------------------|---------------------------------------------------------------------------|-------------------|---------------------------------|-------------------------|
|               | Bezlepková – diéta , | Varene vajce1/2,syrček,chlieb,čaj | Mrk. Šalát s jablkom | Rascová s vajíčkom,koložvárska kapusta                                    | Chliev s paštékou | Rezance s tvarohom na slano     |                         |
| Sobota 31.01. | Racionálna, šetriaca | Natierkové maslo,kávia,chlieb,čaj | Ovocie               | Zemiaková kyslá,vysmážené šišky s džemom,čaj                              | Keks              | Opekaná sekaná,chlieb,zeleninka |                         |
|               | Dia                  | Natierkové maslo,kávia,chlieb,čaj | Ovocie               | Granadir,čalamáda                                                         | Keks              | Opekaná sekaná,chlieb,zeleninka | Chlieb nát. maslo       |
|               | Bezlepková – diéta   | Natierkové maslo,kávia,chlieb,čaj | Ovocie               | Granadir,čalamáda                                                         | Keks              | Opekaná sekaná,chlieb,zeleninka |                         |
| Nedeľa 01.02. | Racionálna, šetriaca | Paštéková nátierka,chlieb,kakao   | Jablkové pyré        | Zeleninová polievka s mrveničkou,kuracie prsia na šampiňónoch,ryža,kompót | Zákusok           | Vajíčkový šalát,chlieb,čaj      |                         |
|               | Dia                  | Paštéková nátierka,chlieb,kakao   | Jablkové pyré        | Zeleninová polievka s mrveničkou,kuracie prsia na šampiňónoch,ryža,kompót | Dia keks          | Vajíčkový šalát,chlieb,čaj      | Chlieb, saláma, horčica |
|               | Bezlepková – diéta   | Paštéková nátierka,chlieb,kakao   | Jablkové pyré        | Zeleninová polievka s mrveničkou,kuracie prsia na šampiňónoch,ryža,kompót | Bzl. keks         | Vajíčkový šalát,chlieb,čaj      |                         |