



Jedálny lístok na obdobie od 28.09.2026 do 04.10.2026

FYZIOLOGICKÁ (RACIONÁLNA) DIÉTA

V prípade pripomienok, návrhov a podnetov kontaktujte priamo vedúceho stravovacieho úseku p. M. Čečka, mobil: 0907 719 458, tel. 7966511



	Raňajky	Desiata	Obed	Hmot.	Alerg*	KJ	Olovrant	Večera	Hmot.
PONDELOK 28.09.2026	Čaj Chlieb 100g Nát. sardinková 50g	Ovocie	Pol. Zeleninová domáca Brav. sekaná Paradajková kapusta Chlieb	330ml 120g 200g 50g	1,3,9 1,3 1 1	628 1078 703 508	Keks	Mäsové fliačky Cvikla	350g 120g
UTOROK 29.09.2026	Čaj, Čierna káva Chlieb 100g Tlačenka 50g Cibuľka 1ks	Jogurt biely	Pol. Kelová s ryžou Kuracie prsia na prírodno Zemiaková kaša Kompót	330ml 120g 250g 120g	 1 7 	 521 1207 1477 353	Ovocie	Krupicová kaša s posýpkou	300g
STREDA 30.09.2026	Čaj Chlieb 100g Maslo 20g Saláma 50g, pór 40g	Ovocie	Pol. Cesnaková s opraženou žemľou Bravčový paprikáš Cestoviny	330ml 120g 190g	1 1,7 1	619 1711 1579	Detská výživa	Hubové rizoto Šalát sterilizovaný	350g 120g
ŠTVRTOK 01.10.2026	Čaj, Biela káva Chlieb 100g Maslo 20g Syr tehla 50g	Keks	Pol. Mrkvová s krupic. haluškami Hovädzia pečienka prírodná Tarhoňa Šalát paradajkový	330ml 120g 190g 120g	1,3 1 1 	437 1337 1190 335	Ovocie	Zemiaky na paprike Kyslá uhorka	350g 120g
PIATOK 02.10.2026	Čaj Chlieb 100g Nát. bryndzová 50g	Ovocie	Pol. Držková Pečené buchty s lekvárom	330ml 350g	1 1,3,7	816 4400	Termix	Chlieb Maslo Šunka Paradajka	100g 20g 80g 1ks
SOBOTA 03.10.2026	Čaj, Čierna káva Chlieb 100g Šunková pena 50g 1/2ks papriky	Croissant	Pol. Paradajková s cestovinou Bravčové stehno s pečenou a jablkami Ryža	330ml 120g 190g	1 1 	607 1623 1633	Ovocie	Rezance s džemom	350g
NEDEĽA 04.10.2026	Čaj, Granko Vianočka 100g Maslo 20g Džem 20g	Ovocie	Pol. Hovädzia s cestovinou Brav. švajčiarsky rezeň Varené zemiaky Šalát z čínskej kapusty	330ml 120g 250g 120g	1,9 1,7 7 	545 1247 840 134	Detská výživa	Chlieb Domáci Parížsky šalát	100g 150g

ZMENA JEDÁLNEHO LÍSTKA VYHRADENÁ (hmotnosť mäsa v surovom stave)

Pôvod mäsa : EÚ

Zodpovedná osoba: Milan Čečko

Vedúci STÚ



Jedálny lístok na obdobie od 28.09.2026 do 04.10.2026

DIABETICKÁ DIÉTA

V prípade pripomienok, návrhov a podnetov kontaktujte priamo vedúceho stravovacieho úseku p. M. Čečka, mobil: 0907 719 458, tel. 7966511



	Raňajky	Desiata	Obed	Hmot.	Alerg*	KJ	Olovrant	Večera	Hmot.
PONDELOK 28.09.2026	Čaj Chlieb 50g Nát. sardinková 50g 1/2ks papriky	Ovocie	Pol. Zeleninová domáca Brav. sekaná Paradajková kapusta Chlieb	330ml 120g 200g 50g	1,3,9 1,3 1 1	628 1078 703 508	DIA Keks	Mäsové fliačky Cvikla II. več: kaiserka cereálna 1ks, maslo 10g	350g 130g
UTOROK 29.09.2026	Čaj, Čierna káva Chlieb 50g Tlačenka 50g Cibuľka 1ks	Jogurt biely	Pol. Kelová s ryžou Kuracie prsia na prírodno Zemiaková kaša DIA Kompót	330ml 120g 250g 130g	1 7	521 1207 1477 169	Ovocie	DIA Krupicová kaša s posýpkou II. več: chlieb 50g maslo 10g, šunka 30g	300g
STREDA 30.09.2026	Čaj Chlieb 50g Maslo 10g Saláma 50g, pór 40g	Ovocie	Pol. Cesnaková s opraženou žemľou Bravčový paprikáš Cestoviny	330ml 120g 140g	1 1,7 1	619 1711 1193	DIA Detská výživa	Hubové rizoto Šalát sterilizovaný II. več: rožok gr.1ks acidko 1ks	350g 120g
ŠTVRTOK 01.10.2026	Čaj, DIA Biela káva Chlieb 50g Maslo 10g Syr tehla 50g	DIA Keks	Pol. Mrkvová s krupic. haluškami Hovädzia pečienka prírodná Tarhoňa Šalát paradajkový	330ml 120g 140g 120g	1,3 1 1	437 1337 880 166	Ovocie	Zemiaky na paprike Kyslá uhorka II. več: chlieb 50g maslo 10g	350g 120g
PIATOK 02.10.2026	Čaj Chlieb 50g Nát. bryndzová 50g	Ovocie	Pol. Držková Zeleninový karbonátok Zemiaky varené Šalát ľadový	330ml 200g 250g 120g	1 1,3	816 1700 840 85	Jogurt biely	Chlieb Maslo Šunka Paradajka II. več: pizza slimák 1ks	50g 10g 80g 1ks
SOBOTA 03.10.2026	Čaj, Čierna káva Chlieb 50g Šunková pena 50g 1/2ks papriky	Ovocie	Pol. Paradaj. s cestovinou Brav. stehno s pečeňou a jablkami Ryža	330ml 120g 140g	1 1	607 1623 1265	Ovocie	Rezance s džemom dia II. več: chlieb 50g 1/8 tav. syr	350g
NEDEĽA 04.10.2026	Čaj, DIA Kakao Chlieb 50g Maslo 10g DIA Džem 20g	Ovocie	Pol. Hovädzia s cestovinou Brav. švajčiarsky rezeň Varené zemiaky Šalát z čínskej kapusty	330ml 120g 250g 120g	1,9 1,4 7	545 1247 840 84	Detská výživa	Chlieb Domáci Parížsky šalát II. več.: rožok grahamový, maslo 10g	50g 150g

ZMENA JEDÁLNEHO LÍSTKA VYHRADENÁ (hmotnosť mäsa v surovom stave)

Pôvod mäsa : EÚ

Zodpovedná osoba: Milan Čečko
Vedúci STÚ



Stredisko sociálnej pomoci
mesta Košice

Jedálny lístok na obdobie od 28.09.2026 do 04.10.2026

ŠETRIACA DIÉTA

V prípade pripomienok, návrhov a podnetov kontaktujte priamo vedúceho stravovacieho úseku p. M. Čečka, mobil: 0907 719 458, tel. 7966511



	Raňajky	Desiata	Obed	Hmot.	Alerg*	KJ	Olovrant	Večera	Hmot.
PONDELOK 28.09.2026	Čaj Chlieb 100g Nát. sardinková 50g	Ovocie	Pol. Zeleninová domáca Brav. sekaná Paradajková kapusta čínska Chlieb	330ml 120g 200g 50g	1,3,9 1,3 1 1	459 1048 549 508	Keks	Mäsové fľačky Cvikla	350g 120g
UTOROK 29.09.2026	Čaj, Čierna káva Chlieb 100g Tlačenka hyd. 50g Paradajka 1/2ks	Jogurt biely	Pol. fazuľková s mrvenicou Kuracie prsia na prírodno Zemiaková kaša Kompót	330ml 120g 250g 120g	9 1 7	286 996 1477 353	Ovocie	Krupicová kaša s posýpkou	300g
STREDA 30.09.2026	Čaj Chlieb 100g Maslo 20g Saláma D.50g, pór 40g	Ovocie	Pol. Zemiaková opraženou žemľou Bravčový paprikáš ŠT. Cestoviny	330ml 120g 190g	1,9 1,7 1	642 1706 1579	Detská výživa	Zeleninové rizoto Šalát z čínskej kapusty	350g 120g
ŠTVRTOK 01.10.2026	Čaj, Biela káva Chlieb 100g Maslo 20g Syr tehla 50g	Keks	Pol. Mrkvová s krupic. haluškami Hovädzia pečienka prírodná Tarhoňa Šalát paradajkový	330ml 120g 190g 120g	1,3 1 1	433 1104 1190 334	Ovocie	Zapekaná cuketa so zemiakmi	350g
PIATOK 02.10.2026	Čaj Chlieb 100g Nát. tvarohová 50g	Ovocie	Pol. Azijská sladkokyslá Zeleninový karbonátok Zemiaky varené Šalát ľadový	330ml 200g 250g 120g	3 1,3 7	537 1700 840 85	Termix	Chlieb Maslo Šunka Paradajka	100g 20g 80g 1ks
SOBOTA 03.10.2026	Čaj, Čierna káva Chlieb 100g Šunková pena 50g 1/2ks paradajky	Croissant	Pol. Paradajková s cestovinou Bravčové stehno s jablkami Ryža	330ml 120g 190g	1 1	607 1394 1633	Ovocie	Rezance s džemom	350g
NEDEĽA 04.10.2026	Čaj, Kakao Vianočka 100g Maslo 20g Džem 20g	Ovocie	Pol. Hovädzia s cestovinou Brav. švajčiarsky rezeň Varené zemiaky Šalát z čínskej kapusty	330ml 120g 250g 120g	1,9 1,7 7	545 1043 840 134	Detská výživa	Chlieb Sardinky v oleji 125g	100g 1ks

ZMENA JEDÁLNEHO LÍSTKA VYHRADENÁ (hmotnosť mäsa v surovom stave)

Pôvod mäsa : EÚ

Zodpovedná osoba: Milan Čečko

Vedúci STÚ