Zvýšenie súm stravného od 1. decembra 2026

Podľa údajov Štatistického úradu SR (aktualizované 20.10.2026) bola **v mesiaci september 2026** splnená podmienka, na základe ktorej sa podľa § 8 ods. 1 zákona č. 283/2002 Z. z. o cestovných náhradách **zvyšujú sumy stravného pri pracovných cestách**.

Podľa § 8 ods. 1 sa sumy stravného **zvyšujú o percento rastu** kumulatívneho indexu cien jedál a nealkoholických nápojov v reštauračnom stravovaní zverejneného Štatistickým úradom SR za príslušný kalendárny mesiac (čo je mesiac september 2026) v porovnaní s kumulatívnym indexom cien jedál a nealkoholických nápojov v reštauračnom stravovaní zverejneným Štatistickým úradom SR za kalendárny mesiac, na základe ktorého sa sumy stravného naposledy zvýšili (čo bol september 2025), ak tento rast **je najmenej 5 %**. Zvýšené sumy stravného sa zaokrúhľujú na desať eurocentov nahor.

Zvýšené sumy stravného sa uplatňujú od prvého dňa tretieho kalendárneho mesiaca nasledujúceho po kalendárnom mesiaci, v ktorom bola splnená táto podmienka.

Sumy stravného sa naposledy zvyšovali **od 1. decembra 2025**, a to na základe indexu zverejneného Štatistickým úradom SR **za september 2025**.

V septembri 2025 mal index hodnotu **349,6.**

V septembri 2026 mal index hodnotu **368,1.**

Znamená to **rast indexu o 5,3 %**.

Sumy stravného sa preto **od 1. decembra 2026** zvyšujú **o 5,3 %** (výsledné sumy sa zaokrúhľujú na 10 eurocentov nahor).

Sumy stravného platné **od 1. decembra 2026**:

- **9,80 €** pre časové pásmo 5 až 12 hodín,
- **14,60 €** pre časové pásmo nad 12 hodín až 18 hodín,
- **21,70 €** pre časové pásmo nad 18 hodín.

Sumy stravného pri pracovných cestách boli predtým naposledy upravené Oznámením MPSVaR č. 280/2026 Z. z. – a **od 1. decembra 2025** platili sumy stravného:

- **9,30 €** pre časové pásmo 5 až 12 hodín**,**
- **13,80 €** pre časové pásmo nad 12 hodín až 18 hodín,
- **20,60 €** pre časové pá**s**mo nad 18 hodín.

Viac o sumách stravného od 1. decembra 2025 do 30. novembra 2026 tu: https://www.relia.sk/zvysenie-sum-stravneho-od-1-decembra-2025/c/1327

STRAVOVANIE ZAMESTNANCOV

Teplé jedlo

Zamestnávateľ prispieva zamestnancom na jedlo príspevkom vo výške **najmenej 55 % ceny jedla**, najviac však sumou vo výške 55 % stravného poskytovaného pri pracovnej ceste v trvaní 5 až 12 hodín podľa osobitného predpisu. Príspevok zamestnávateľa sa zaokrúhľuje na najbližší eurocent nahor.

Od 1. decembra 2026 sa zvyšuje **maximálny možný príspevok zamestnávateľa na jedlo** na sumu vypočítanú ako 55 % z 9,80 € = **5,39 €**.

Časť ceny jedla môže pokryť príspevok zo sociálneho fondu, jeho výška nie je limitovaná.

Zvyšok ceny jedla si dopláca zamestnanec.

*

Príklady

Cena jedla je 7,50 €. Príspevok zamestnávateľa môže byť v rozmedzí od 55 % z ceny jedla 7,50 € = 4,13 € až do 5,39 €.

Cena jedla je 9 €. Príspevok zamestnávateľa môže byť v rozmedzí od 55 % z ceny jedla 9 € = 4,95 € až do 5,39 €.

*

Gastrolístky

Ak zamestnávateľ zabezpečuje stravovanie zamestnancov prostredníctvom tzv. gastrolístkov, tak hodnota gastrolístka musí byť **najmenej 75 % stravného** poskytovaného pri pracovnej ceste v trvaní 5 až 12 hodín.

Od 1. decembra 2026 sa zvyšuje **najnižšia možná hodnota gastrolístka** na sumu vypočítanú ako 75 % z 9,80 € = **7,35 €**.

Zamestnávateľ prispieva zamestnancom na gastrolístok príspevkom vo výške **najmenej 55 % ceny gastrolístka**, najviac však sumou vo výške 55 % stravného poskytovaného pri pracovnej ceste v trvaní 5 až 12 hodín podľa osobitného predpisu. Príspevok zamestnávateľa sa zaokrúhľuje na najbližší eurocent nahor.

Od 1. decembra 2026 sa zvyšuje **maximálny možný príspevok zamestnávateľa na gastrolístok** na sumu vypočítanú ako 55 % z 9,80 € = **5,39 €**.

Časť ceny gastrolístka môže pokryť príspevok zo sociálneho fondu, jeho výška nie je limitovaná.

Zvyšok ceny gastrolístka si dopláca zamestnanec.

*

Príklad

*Pri najnižšej možnej cene gastrolístka **7,35 €** je príspevok zamestnávateľa **najmenej 4,05 €** a **najviac 5,39 €**.*

*

Finančný príspevok na stravovanie

Finančný príspevok na stravovanie je **rovnaký** ako suma, ktorou zamestnávateľ prispieva zamestnancom na jedlo alebo na gastrolístok.

Od 1. decembra 2026 sa zvyšuje **najnižšia možná suma finančného príspevku** na sumu vypočítanú ako 55 % zo 75 % z 9,80 € = **4,05 €**.

Od 1. decembra 2026 sa zvyšuje **najvyššia možná suma finančného príspevku** na sumu vypočítanú ako 55 % z 9,80 € = **5,39 €**.

Okrem toho môže zamestnávateľ poskytovať finančný príspevok zo sociálneho fondu, jeho výška nie je limitovaná.

Zdroj: ***www.relia.sk****, Jozef Mihál, 20. októbra 2026*