

JEDÁLNY LÍSTOK od 14.04.2025 do 20.04.2025 č.16

Dát.	Deň		diéta č. 3 - racionálna	diéta č. 9 - diabetická	diéta č.4 - šetriaca
pondelok 14. apríl 2025	PONDELOK	Raňajky	100g chlieb, 50g tuniaková nátierka, 50g uhorka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g tuniaková nátierka, 50g uhorka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g maslová nátierka/rastlinné/, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka fazuľová kyslá s údeninou 3dcl, parené buchty s lekvárom a čokoládou 3ks/1,3,7	Polievka fazuľová kyslá s údeninou 3dcl, morčacie kúsky na zelenine, zemiaky, miešaný šalát 120/160/100/1,3,7	Polievka mrkvová 3dcl, morčacie prírodné kúsky na zelenine, zemiaky, parad.šalát 120/200/100/1,3,
		Olovr.	napolitánka 1,3,7	napolitánka 1,3,7	napolitánka 1,3,
		Večera	Penne so syrovou omáčkou 300g/1,3, 7	Penne so syrovou omáčkou 300g/1,3, 7	Penne so syrovou omáčkou 300g/1,3, 7
		II Večera		50g chlieb, acidofilné mlieko 1ks/1,3,7	
utorok 15. apríl 2025	UTOROK	Raňajky	2 ks pečivo, maslo, vajce 1ks, paradajka, 0,2l čaj, káva/1,3,7	2 ks pečivo, maslo, vajce 1ks, paradajka, 0,2l čaj, káva/1,3,7	2 ks pečivo, maslo-rastlinné, vajce 1ks, paradajka, 0,2l čaj, káva/1,3,
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka kelová 3dcl, kur. rezančeky s kari omáčkou, ryža, ľadový šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka kelová 3dcl, kur. rezančeky s kari omáčkou, ryža, ľadový šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka zemiaková-číra 3dcl, kur.rezančeky, ryža, ľadový šalát 120g/200g/100g/1,3
		Olovr.	piškótový rez/1,3,7	keks dia/1,3,7	piškótový rez/1,3,7
		Večera	Sedliacke zemiaky, čalámáda 300g/100g	Sedliacke zemiaky, čalámáda 300g/100g	Zemiaky zapékané so šunkou a syrom, cvikla 300g/100g/7
		II Večera		50g chlieb, 30g nátierkové maslo/1,3,7	
streda 16. apríl 2025	STREDA	Raňajky	2ks lupačka, maslo-rastlinné 1ks, džem, 0,2l čaj/1,3,7	Graham. pečivo 2ks, maslo-rastlinné 1ks, džem dia, 0,2l čaj/1,3,7	Lupačka 2ks, maslo-rastlinné 1ks, džem, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka zeleninová 0,3l, sviečková na smotane bravčová, knedľa 120g /200g/160g/1,3,7	Polievka zeleninová 0,3l, sviečková na smotane bravčová, zemiaky 120g /200g/160g/1,3,7	Polievka zeleninová 0,3l, bravčové dusené na rasci, zemiaky, šalát 120g/200g/100g
		Olovr.	detská výživa 1ks	detská výživa 1ks-dia	detská výživa 1ks
		Večera	Pašteka 1ks, maslo 1ks, chlieb 100g, paprika 50g/1,3,7	Pašteka 1ks, maslo 1ks, chlieb 100g, paprika 50g/1,3,7	Šunka 100g, maslo 1ks, chlieb 100g, paprika 50g/1,3,7
		II Večera	sanitárny deň	50g chlieb, 20g maslo, 1ks tavený syr/1,3,7	sanitárny deň
štvrtok 17. apríl 2025	ŠTVRTOK	Raňajky	100g chlieb, 50g nátierka pažitková, paradajka 50g, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g nátierka pažitková, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g nátierka maslová, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka lúsková číra 0,3l, špenát, varené	Polievka lúsková 0,3l,špenát, varené zemiaky,	Polievka lúsková číra 0,3l, špenát, varené

štvrtok 17. apr	ŠTVRTO	Obed	zemiaky, vajce 200g/200g/1ks/1,3,7	vajce 200g/200g/1ks/1,3,7	zemiaky, vajce 200g/200g/1ks/1,3,7
		Olovr.	croissant/1,3,7	croissant/1,3,7	croissant/1,3,7
		Večera	Zeleninová kocka so zemiakmi 300g/3,7	Zeleninová kocka so zemiakmi 300g/3,7	Zeleninová kocka so zemiakmi 300g/3,7
		II Večera		50g chlieb, 1ks mini maslo, 20g saláma/1,3,7	
piatok 18. apríl 2025	PIATOK	Raňajky	100g chlieb, 50g vajíčková nátierka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g vajíčková nátierka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g vajíčková- bielko nátierka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka kapustová letná 0,3l, vyprážané filé, zemiaková kaša 120g/200g/1,3,4,7	Polievka kapustová letná 0,3l, vyprážané filé, zemiaková kaša 120g/200g/1,3,4,7	Polievka hrášková 0,3l, prírodné filé, zemiaková kaša 120g/200g/4,7
		Olovr.	perník/1,3,7	perník dia/1,3,7	croisant dia/1,3,7
		Večera	Krupicová kaša 300g/1,7	Krupicová kaša 300g/1,7	Krupicová kaša 300g/1,7
		II Večera		grah.rožok, 20g maslo, 1ks tavený syr/1,3,7	
sobota 19. apríl 2025	SOBOTA	Raňajky	Párky 2ks, horčica 30g, chlieb 100g, 0,2l káva, čaj/1,3,7	Párky 2ks, horčica 30g, chlieb 100g, 0,2l káva, čaj/1,3,7	Párky 2ks, kečup 30g, chlieb 100g, 0,2l káva, čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka cibulačka 3dcl, šošovicový prívarok, bravčová sekaná, chlieb 250g/120g/100g/1,3,7	Polievka cibulačka 3dcl, šošovicový prívarok, bravčová sekaná, chlieb 250g/120g/100g/1,3,7	Polievka zeleninová 3dcl, placka z mletého mäsa, zemiaky 120g/200g/1,3,7
		Olovr.	keks/1,3,7	keks/1,3,7	keks/1,3,7
		Večera	Sójové kocky soté, tarhoňa 150g/200g/1,3,7,6	Sójové kocky soté, tarhoňa 150g/200g/1,3,7,6	Sójové kocky soté, tarhoňa 150g/200g/1,3,7,6
		II Večera		50g chlieb, 30g nátierkové maslo/1,3,7	
nedeľa 20. apríl 2025	NEDEĽA	Raňajky	čaj, kakao 0,2l, 120g vianočka, 20g maslo, 20g džem/1,3,7	čaj, kakao 0,2l dia, 120g dia vianočka, 20g maslo, 20g džem dia/1,3,7	čaj 0,2l, 120g vianočka, 20g maslo-rastlinne, 20g džem/1,3,
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka hovädzí vývar 3dcl, pečené kačacie stehno, majonézový šalát, zákusok 120g/200g/1,3,7	Polievka hovädzí vývar 3dcl, pečené kačacie stehno, majonézový šalát, zákusok 120g/200g/1,3,7	Polievka hovädzí vývar 3dcl, pečené kuracie stehno, zemiaky s vňaťou, paradajkový šalát, zákusok 120g/200g/100g/1,3,7
		Olovr.	puding/7	puding-dia/7	puding/7
		Večera	100gchlieb, 20g maslo, 100gšunková saláma, paradajka 50g/1,3,7	100gchlieb, 20g maslo, 100g šunková saláma, paradajka 50g/1,3,7	100gchlieb, 20g maslo-rastlinné, 100g šunková saláma, paradajka 50g/1,3
		II Večera		grah.rožok, jogurt biely 1ks dia/1,3,7	

Váha mäsa v surovom stave je 100g

--	--	--

