

JEDÁLNY LÍSTOK od 25.08.2025 do 31.08.2025 č.35

Dát.	Deň		diéta č. 3 - racionálna	diéta č. 9 - diabetická	diéta č.4 - šetriaca
pondelok 25. august 2025	PON DEL OK	Raňajky	100g chlieb, 50g vajíčková nátierka, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g vajíčková nátierka, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g vajíčková -bielko nátierka, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka šošovicová desiatová 3dcl, šúľance s makom a lekvárom 300g/1,3,7	Polievka šošovicová desiatová 3dcl, kurací paprikáš bez smotany 120g, cestovina 200g/1,3,7	Polievka brokolicová 3dcl, kuracie dusené vo vlastnej šťave, cestoviny 120g/200g/1,3,7
		Olovr.	croissant 1ks/1,3,7	croissant 1ks dia/1,3,7	croissant 1ks/1,3,7
		Večera	Zemiakové placky 3ks, čalamáda 50g/1,3,7	Zemiakové placky 3ks, čalamáda 50g/1,3,7	Zemiaková fučka 300g/1,3,7
		II. Več.		50g chlieb, 20g šunka, 10g maslo/1,3,7	
	UTO ROK	Raňajky	Kaiserka 2ks, 1ks mini maslo, 50g suchá saláma, paprika, 0,2l čaj/1,3,7	Kaiserka 2ks, 1ks mini maslo, 50g suchá saláma, paprika, 0,2l čaj/1,3,7	Kaiserka 2ks,1ks mini maslo, 50g šunka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka hlíková 3dcl, brav. dusené, tekvicový prívarok, chlieb 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka hlíková 3dcl, brav. dusené, tekvicový prívarok, chlieb 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka zeleninová 3dcl, bravčové dusené, zemiaky, šalát 120g/200g/1,3,7
		Olovr.	piškótový rez/1,3,7	piškótový rez/1,3,7	piškótový rez/1,3,7
		Večera	Cestoviny so zeleninovou omáčkou 300g/1,3,7	Cestoviny so zeleninovou omáčkou 300g/1,3,7	Cestoviny so zeleninovou omáčkou 300g/1,3,7
		II več.		Grah. rožok, 30g nátierkové maslo/1,3,7	
streda 27. august 2025	STRE DA	Raňajky	Lupačka 2ks, maslo 1ks, džem 1ks, kakao 0,2l/1,3,7	Graham. pečivo 2ks, maslo 1ks, džem 1ks, kakao 0,2l/1,3,7	Lupačka 2ks, maslo 1ks, džem 1ks, kakao 0,2l/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka zeleninová jarná so závärkou 3dcl, bravčové výpečky, kapusta, knedľa 120g/200g/160g/1,3,7	Polievka zeleninová jarná so závärkou 3dcl, bravčové výpečky, kapusta, zemiaky 120g/200g/160g/1,3,7	Polievka zeleninová jarná 3dcl, bravčové kocky na rasci dusené, zemiaky, šalát 120g/160g/1,3,7
		Olovr.	termix 1ks/7	dia jogurt 1ks/7	termix 1ks/7
		Večera	Pečené zemiaky so šunkou a syrom 300g/7	Pečené zemiaky so šunkou a syrom 300g/7	Pečené zemiaky so šunkou a syrom 300g/7
		II Več.		50g chlieb, 20g maslo, 1ks tavený syr/1,3,7	

štvrtok 28. augusta 2025	ŠTV RTO K	Raňajky	Chlieb 100g, maslo 1ks, vajcia na tvrdo 2ks, paradajka 50g/1,3,7	Chlieb 100g, maslo 1ks, vajcia na tvrdo 2ks, paradajka 50g/1,3,7	Chlieb 100g, maslo 1ks, vajcia na tvrdo-bielko 2ks, paradajka 50g/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka frankfurtská 3dcl, kurací plátok na nivovej omáčke, ryža, šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka frankfurtská 3dcl, kurací plátok na nivovej omáčke, ryža, šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka frankfurtská-dietna 3dcl, kurací plátok so syrovou omáčkou, ryža, šalát 120g/200g/100g/1,3,7
		Olovr.	keks/1,3,7	keks dia/1,3,7	keks/1,3,7
		Večera	Šošovicový prívarok, vajce, chlieb 300g/1ks/100g/1,3,7	Šošovicový prívarok, vajce, chlieb 300g/1ks/100g/1,3,7	Zapekané cestoviny so zeleninou a syrom 300g/1,3,7
		II več.		50g chlieb, 1ks mini maslo, 20g šunka/1,3,7	
piatok 29. august 2025	PIAT OK	Raňajky	100g chlieb, 20g,maslo, 20g syr, 50g diétna saláma, 0,2l čaj/1,7	100g chlieb, 20g maslo, 20g syr, 50g diétna saláma, 0,2l čaj/1,7	100g chlieb, 20g maslo,20g syr, 50g diétna saláma, 0,2l čaj/1,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka hrášková so zeleninou 3dcl, zeleninový karbonátok, zemiaky, tat.omáčka 120g/200g/1ks/1,3,7	Polievka hrášková so zeleninou 3dcl, zeleninový karbonátok, zemiaky, tat. omáčka 120g/200g/1ks/1,3,7	Polievka hrášková so zeleninou 3dcl, bravčový plátok na baby karotke, zemiaky, šalát 120g/200g/100g/1
		Olovr.	závin mix 1ks/1,3,7	závin mix 1ks/1,3,7	závin mix 1ks/1,3,7
		Večera	Strapačky so slaninkou 300g/1,3,7	Strapačky so slaninkou 250g/1,3,7	Zeleninové fliačky 300g/1,3,7
		II več.		50g chlieb, 20g maslo, 1ks tavený syr/1,3,7	
sobota 30. august 2025	SOB OTA	Raňajky	100g chlieb, 50g tuniaková nátierka, 30g cibuľka, 0,2l čaj/1,7	100g chlieb, 50g tuniaková nátierka, 30g cibuľka, 0,2l čaj/1,7	100g chlieb, 50g maslová nátierka, 30g paradajka, 0,2l čaj/1,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka krúpková 3dcl, morčací kotlíkový guláš s cestovinou 300g/1,3,7	Polievka krúpková 3dcl, morčací kotlíkový guláš s cestovinou 250g/1,3,7	Polievka krúpková 3dcl, morčacie dusené s cestovinou 300g/1,3,7
		Olovr.	perník 1ks/1,3,7	Dia -perník 1ks/1,3,7	perník 1ks/1,3,7
		Večera	Zemiakové placky, čalamáda 3ks/100g/1,3,7	Zemiakové placky, čalamáda 3ks/100g/1,3,7	Zeleninové placky posypané syrom, cvikla 300g/100g/1,3,7
		II. Več.		Grah.rožok, 30g nátierkové maslo/1,3,7	
nede		Raňajky	Kakao 0,2l, vianočka 120g, 20g maslo, 20g džem/1,3,7	Kakao 0,2l dia, vianočka dia 120g, 20g maslo, 20g džem dia/1,3,7	Kakao 0,2l, 1 ks sladké pečivo, 20g maslo, 20g džem/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie

1a 31. august 2025	NED EĽA	Obed	Polievka slepačia 3dcl, pečené kuracie stehno, zemiaky, šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka slepačia 3dcl, pečené kuracie stehno, zemiaky, šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka slepačia 3dcl, pečené kuracie stehno, zemiaky, šalát 120g/200g/100g/1,3,7
		Olovr.	keks/1,3,7	keks dia/1,3,7	keks/1,3,7
		Večera	100g chlieb, 1ks paštéta, mini maslo 20g, 1ks paradajka/1,3,7	100g chlieb, 1ks paštéta, mini maslo 20g, paradajka/1,3,7	100g chlieb, 1ks paštéta, mini maslo 20g, paradajka/1,3,7
		II Več.		50g chlieb, 1ks mini maslo, 20g šunka/1,3,7	

Váha mäsa v surovom stave je 120g

