

JEDÁLNY LÍSTOK od 29.09.2025 do 05.10.2025 č.40

Dátum	Deň		diéta č. 3 - racionálna	diéta č. 9 - diabetická	diéta č.4 - šetriaca
pondelok 29. september 2025	PONDELOK	Raňajky	100g chlieb, 50g syrová nátierka, paprika 50g, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g syrová nátierka, paprika 50g, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g syrová nátierka, paradajka 50g, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka gulášová 0,3dcl, dukátové buchtičky s vanilkovým krémom 300g/1,3,7	Polievka gulášová 0,3dcl, kurací perkelt, cestoviny 120g/200g/1,3,7	Polievka zemiaková číra 0,3dcl, dukátové buchtičky s vanilkovým krémom 300g/1,3,7
		Olovr.	keks 1ks/1,3,7	keks dia/1,3,7	keks 1ks/1,3,7
		Večera	Gazdovské zemiaky, čalamáda 300g/100g	Gazdovské zemiaky, čalamáda 300g/100g	Zapekané zemiaky so šunkou a syrom, cvikla 300g/100g/7
		II Večera		Grah. rožok, troj syr 1ks/1,3,7	
utorok 30. september 2025	UTOROK	Raňajky	Pečivo 2ks, 1ks mini maslo, 50g polosuchý salám, paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	Pečivo 2ks, 1ks mini maslo, 50g polosuchý salám, paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	Pečivo 2ks, 1ks mini maslo, 50g dietna saláma, paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka fazuľová desiatová 3dcl, morčacie kúsky na kari, ryža, šalát 120g/200g/100g/1	Polievka fazuľová desiatová 3dcl, morčacie kúsky na kari, ryža, šalát 120g/200g/100g/1	Polievka lúsková 3dcl, morčacie kúsky na zelenine, ryža, šalát 120g/200g/100g
		Olovr.	termix/7	jogurt dia/7	termix/7
		Večera	Zeleninové lečo s klobáskou, chlieb 300g/100g/1,3,7	Zeleninové lečo s klobáskou, chlieb 300g/100g/1,3,7	Dusená zelenina, zemiaky 200g/200g
		II Večera		50g chlieb, 30g nátierkové maslo/1,3,7	
streda 1. október 2025	STREDA	Raňajky	100g chlieb, 50g šunková natierka, 50g red'kovka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g šunková nátierka, 50g red'kovka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g šunková natierka, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka zeleninová s mrveničkou 3dcl, kôprová omáčka, bravčové dusené, knedľa /200g/120g/160g/1,3,7	Polievka zeleninová s mrveničkou 3dcl, kôprová omáčka, bravčové dusené, knedľa /200g/120g/160g/1,3,7	Polievka zeleninová s mrveničkou 3dcl, bravčové dusené na rasci, zemiaky /120g/200g/1,3,7
		Olovr.	croissant/1,3,7	croissant dia/1,3,7	croissant/1,3,7
		Večera	Makové rezance 300g/1,3,7	Makové rezance dia 300g/1,3,7	Rezance s opraženou struhankou 300g/1,7
		II Večera		50g chlieb, 20g maslo, 1ks tavený syr/1,3,7	

[illegible]

nedeľa 5. október 2025	NEDEĽA	Raňajky	Kakao 0,2l, 120g vianočka, 20g maslo, 20g džem/1,3,7	Kakao 0,2l dia, 120g dia vianočka, 20g maslo, 20g džem dia/1,3,7	Kakao 0,2l, 120g vianočka, 20g maslo, 20g džem/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka hovädzia 3dcl, pečené kuracie stehno, zemiaky, mix. šalát 220g/200g/100g/1,3,7	Polievka hovädzia 3dcl, pečené kuracie stehno, zemiaky, mix. šalát 220g/200g/100g/1,3,7	Polievka hovädzia 3dcl, pečené kuracie stehno, zemiaky, šalát 220g/200g/100g/1,3,7
		Olovr.	croissant/1,3,7	croissant dia/1,3,7	croissant/1,3,7
		Večera	100g chlieb, 20g maslo, 1 ks syr troj., 100g šunka, paradajka 50g/1,3,7	100g chlieb, 20g maslo, 1 ks syr troj., 100g šunka, paradajka 50g/1,3,7	100g chlieb, 20g maslo, 1 ks syr troj., 100g šunka, paradajka 50g/1,3,7
		II Večera		Grah. rožok, jogurt biely dia/1,3,7	

Váha mäsa v surovom stave je 120g

