

JEDALNY LISTOK od .20.10.2025 do 26.10.2024 č.43

Dát.	Deň		diéta č. 3 - racionálna	diéta č. 9 - diabetická	diéta č.4 - šetriaca
pondelok 20. október 2025	PONDELOK	Raňajky	100g chlieb, cesnaková nátierka 50g, paradajka 50g/1,3,7	100g chlieb, cesnaková nátierka 50g, paradajka 50g/1,3,7	100g chlieb, varené vajce-bielko, paradajka 50g, maslo/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka kulajda 0,3l, parené buchty s lekvárom a posýpkou 3ks/1,3,7	Polievka kulajda 0,3l, kuracie na srbský spôsob, ryža, šalát 120g/200g/100g/1,7	Polievka zemiaková-čira 0,3l, kuracie soté, ryža, šalát 120g/200g/100g
		Olovr.	maslový croissant/1,3,7	maslový croissant/1,3,7	maslový croissant/1,3,7
		Večera	Bravčové rizoto so syrom, uhorky 300g/100g/7	Bravčové rizoto so syrom, uhorky 300g/100g/7	Bravčové rizoto so syrom, uhorky 300g/100g/7
		II Večera		50g chlieb, 1ks tavený syr, 20 g šunka/1,3,7	
utorok 21. október 2025	UTOROK	Raňajky	Pečivo 2ks, 50g saláma, maslo, 50g nastrúhaná uhorka, 0,2l čaj/1,3,7	Pečivo 2ks, 50g saláma, maslo, 50g nastrúhaná uhorka, 0,2l čaj/1,3,7	Pečivo 2ks, 50g saláma, maslo, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka zelerová so zeleninou 0,3l, guľky plnené údeným mäsom 5ks, dusená kapusta 200g/1,3,7,9	Polievka zelerová so zeleninou 0,3l, guľky plnené údeným mäsom 5ks, dusená kapusta 200g/1,3,7,9	Polievka zeleninová 0,3l, bravčové dusené na rasci a paradajkách, zemiaková kaša, šalát 120g/200g/100g/1,3
		Olovr.	lekvárová šiška 1ks/1,3,7	vianočka dia/1,3,7	vianočka dia/1,3,7
		Večera	Špenát, varené vajce, zemiaky 160g/1ks/200g/3	Špenát, varené vajce, zemiaky 160g/1ks/200g/3	Špenát, varené vajce, zemiaky 160g/1ks/200g/3
streda 22. október 2025	STREDA	Raňajky	2ks sladký rožok, maslo, 1ks džem, kakao/1,3,7	2ks dia sladký rožok, maslo, 1 ks dia džem, 2l kakao/1,3,7	2ks sladký rožok, maslo, 1ks džem, 2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka mrkvová s mrveničkou 0,3l, brav. dusené kúsky, chrenová omáčka, knedľa	Polievka mrkvová s mrveničkou 0,3l, brav. dusené kúsky, chrenová omáčka, zemiaky	Polievka mrkvová 0,3l, bravčové dusené masle, zemiaky 120g/200g/1,3,7
		Olovr.	keks/1,3,7	keks/1,3,7	keks/1,3,7
		Večera	Tvarohové rezance 300g/1,3,7	Tvarohové rezance na slano 250g/1,3,7	Tvarohové rezance 300g/1,3,7
		II Večera		Grah. rožok, maslo, 20g šunka/1,3,7	
tvrtok 23. október 2025	ŠTVRTOK	Raňajky	Čaj 0,2l, kaiserka 1ks, párky 2ks, horčica/1,3,7	Čaj 0,2l, kaiserka 1ks, párky 2ks, horčica/1,3,7	Čaj 0,2l, kaiserka 1ks, párky 2ks, kečup/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka drobková 3dcl, gnocchi s kuracím mäsom na syrovej omáčke 300g/1,3,7	Polievka drobková 3dcl, gnocchi s kuracím mäsom na syrovej omáčke 300g/1,3,7	Polievka drobková 3dcl, gnocchi s kuracím mäsom na syrovej omáčke 300g/1,3,7
		Olovr.	perník/1,3,7	perník -dia/1,3,7	perník/1,3,7
		Večera	Zeleninovo brokolicový nákyp 300g	Zeleninovo brokolicový nákyp 300g	Zeleninovo brokolicový nákyp 300g

5		II Večera		50g chlieb, maslo/1,3,7	
piatok 24. október 2025	PIATOK	Raňajky	Chlieb 100g s masťou a cibuľou, 0,2l čaj/1,3,7	Chlieb 100g s masťou a cibuľou, 0,2l čaj/1,3,7	Chlieb 100g, 50g šunka, maslo, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka boršč 0,3l, vypr. karfiol, varené zemiaky s maslom, tat. omáčka/120g/160g/50g/1,3,7	Polievka boršč 0,3l, vypr. karfiol, varené zemiaky s maslom, tat. omáčka/120g/160g/50g/1,3,7	Polievka zeleninová 0,3l, kurací plátok so zeleninou, varené zemiaky s maslom, šalát/100g/160g/50g/1,3,7
		Olovr.	piškótový rez/1,3,7	keks dia/1,3,7	piškótový rez/1,3,7
		Večera	Cestoviny na čínsky spôsob s kuracím mäsom 300g/1,3,7	Cestoviny na čínsky spôsob s kuracím mäsom 300g/1,3,7	Cestoviny na čínsky spôsob s kuracím mäsom 300g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb, paštéta/1,3,7	
sobota 25. október 2025	SOBOTA	Raňajky	2ks pečivo, 50g šunková natierka, 30g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	2ks pečivo, 50g šunková natierka, 30g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	2ks pečivo, 50g šunková natierka, 30g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka krupicová 3dcl, fazuľový prívarok, klobáska, chlieb 250g/1ks/100g/1,3,7	Polievka krupicová 3dcl, fazuľový prívarok, klobáska, chlieb 250g/1ks/100g/1,3,7	Polievka krupicová 3dcl, dusené lúsky, 2ks párok, chlieb 250g/100g/1,3,7
		Olovr.	brumík/1,3,7	keks dia/1,3,7	brumík/1,3,7
		Večera	Cviklové rizoto so syrom 300g/7	Cviklové rizoto so syrom 300g/7	Cviklové rizoto so syrom 300g/7
		II Večera		50g chlieb, 20plátkový syr, maslo/1,3,7	
nedeľa 26. október 2025	NEDEĽA	Raňajky	Kakao 0,2l, tvarohový závin 120g/1,3,7	Kakao 0,2l, dia vianočka, maslo, mini džem dia 120g/20g/1ks/1,3,7	Kakao 0,2l, tvarohový závin 120g/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka hovädzia 3dcl, vypr. bravčový rezeň, majonézový šalát 120g/200g/1,3,7	Polievka hovädzia 3dcl, vypr. bravčový rezeň, majonézový šalát 120g/200g/1,3,7	Polievka hovädzia 3dcl, prír. bravčový rezeň, zemiaky, paradajka 100g/200g/120g/1,3
		Olovr.	detská výživa	detská výživa -dia	detská výživa
		Večera	100g chlieb, maslo, syr troj., šunka 100g, paprika 50g/1,3,7	100g chlieb, maslo, syr troj., šunka 100g, paprika 50g/1,3,7	100g chlieb, maslo, syr troj., šunka 100g, paprika 50g/1,3,7
		II Večera		jogurt biely dia/7	

Váha mäsa v surovom stave je 120g

