JEDÁLNY LÍSTOK od 02.11.2026 do 08.011.2026 č.45

Dát.	Deň		diéta č. 3 - racionálna	diéta č. 9 - diabetická	diéta č.4 - šetriaca
pondelok 2. november 2026	PONDELOK	**Raňajky**	100g chlieb, 1ks pašteková nátierka, paprika 50g, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 1ks pašteková nátierka, paprika 50g, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g šunka, maslo, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka fazuľová- desiatová 3dcl, ovocné guľky s poýpkou 300g/1,3,7	Polievka fazulová desiatová 0,3l, bravčové dusené s wok zeleninou, ryža, šalát 120g/200g/100g	Polievka lusková 0,3l, bravčové dusené s wok zeleninou, ryža, šalát 120g/200g/100g
		Olovr.	jogurt ovocný/7	jogurt/7	jogurt/7
		Večera	Zemiakové placky s údeninou 3ks, čalamáda 100g/1,3,7	Zemiakové placky 3ks, čalamáda 100g/1,3,7	Cestoviny so zeleninovou omáčkou 300g/1,3,7
		II Večera		grah. rožok, troj. syr 1ks/1,3,7	
utorok 3. november 2026	UTOROK	**Raňajky**	Pečivo 2ks, maslo, 50g suchý salám, paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	Pečivo 2ks, maslo, 50g suchý salám, paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	Pečivo 2 ks, maslo, 50g diétny salám, paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka zemiaková zapražená so šampiňonmi 0,3l, štefánska roláda, pučené zemiaky, šalát 120g/200g/100g/3,7	Polievka zemiaková zapražená so šampiňonmi 0,3l, štefánska roláda, pučené zemiaky, šalát 120g/200g/100g/3,7	Polievka zemiaková 0,3l, bravčová roláda, pučené zemiaky, šalát 120g/200g/100g/3,7
		Olovr.	keks 1ks/1,3,7	keks 1ks/1,3,7	keks 1ks/1,3,7
		Večera	Zeleninové lečo s klobásou, chlieb 300g/100g/1,3,7	Zeleninové lečo s klobásou, chlieb 300g/100g/1,3,7	Dusený špenát s bielkom, zemiaky 150g/200g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb,30g nátierkové maslo 1,3,7	
streda 4. november 2026	STREDA	**Raňajky**	100g chlieb, 50g syrová natierka, 50g reďkovka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g syrová natierka, 50g reďkovka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g syrová natierka, 50g reďkovka, 0,2l čaj/1,3
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	0,3l polievka karotková so závarkou, sviečková na smotane bravčová, knedľa 120g/200g/160g/1,3,7	0,3l polievka karotková so závarkou, sviečková na smotane bravčová, zemiaky 120g/200g/160g/1,3,7	0,3l polievka karotková, bravčový plátok so zeleninou, zemiaky 120g/200g/60g
		Olovr.	croisant/1,3,7	croisant dia/1,3,7	croisant/1,3,7
		Večera	Hlivové rizoto so syrom 300g/7	Hlivové rizoto so syrom 300g/7	Zeleninové rizoto so syrom 300g/7
		II Večera		50g chlieb, 20g maslo, 1ks tavený syr/1,3,7	
štvrtok 5.november 2026	ŠTVRTOK	**Raňajky**	Caj 0,2l, 2ks kaiserka, párky 2ks, 50g horčica/1,3,7	Caj 0,2l, 2ks kaiserka, parky 2ks, 50g horčica/1,3,7	Čaj 0,2l, 2ks kaiserka, párky 2ks, 50g kečup/1,3
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka šošovicová na kyslo 0,3l, pečený bravčový bôčik, zemiaky, šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka šošovicová na kyslo 0,3l, pečený bravčový bôčik, zemiaky, šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka paradajková 0,3l, kurací prírodný plátok, ryža, šalát 120g/200g/100g/1,3,7
		Olovr.	perník/1,3,7	perník dia/1,3,7	perník/1,3,7
		Večera	Penne arabiatta 300g/1,3,7	Penne arabiatta 300g/1,3,7	Penne so zeleninou 300g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb,1ks mini maslo,20g saláma 1,3,7	

piatok 6. november 2026	**PIATOK**	**Raňajky**	Tvarohový závin 120g, 0,2l káva/1,3,7	Vianočka-dia 120g, maslo, 0,2l káva/1,3,7	Tvarohový závin, 0,2l káva/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka karfiolová 3dcl, zeleninová fašírka, pučené zemiaky, tat. omáčka 150g/200g/1ks/1,3,7	Polievka karfiolová 3dcl, zeleninová fašírka, pučené zemiaky, tat. omáčka 150g/200g/1ks/1,3,7	Polievka karfiolová 3dcl, cuketa posypaná strúhankou a zapečená v rúre, zemiaky, šalát 120g/200g/100g/1
		Olovr.	termix 1ks/7	jogurt 1ks dia/7	termix 1ks/7
		Večera	Strapačky so slaninkou 300g/1,3,7	Cestoviny s kapustou a slaninkou 300g/1,3,7	Cestoviny s vajcom-bielko 300g, cvikla 50g/1,3,7
		II Večera		grah.rožok, 20g maslo, 1ks tavený syr/1,3,7	
sobota 7. november 2026	**SOBOTA**	**Raňajky**	Kakao 0,2l, 120g vianočka, maslo, džem/1,3,7	Kakao 0,2l, 120g vianočka, maslo, džem dia/1,3,7	Kakao 0,2l, 120g vianočka, maslo, džem/1,3,7
		Desiata	ovocie		ovocie
		Obed	Polievka zelerová 3dcl, klopsy v paradajkovej omáčke, zemiaky 100g/200g/200g/1,3,7,9	Polievka zelerová 3dcl, klopsy v paradajkovej omáčke, zemiaky 100g/200g/200g/1,3,7,9	Polievka rascová s vajíčkom 3dcl, klopsy v paradajkovej omáčke, zemiaky 100g/200g/200g/1,3,7
		Olovr.	pernik 1ks/1,3,7	pernik 1ks dia/1,3,7	výživa detská 1ks
		Večera	Falošný guláš 300g, chlieb 100g/1,3,7	Falošný guláš 300g, chlieb 100g/1,3,7	Falošný guláš-diétny 250g, chlieb 100g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb, 30g nátierkové maslo/1,3,7	
nedeľa 8. november 2026	**NEDEĽA**	**Raňajky**	Pečivo 2ks, 100g parížsky šalát/1,3,7	Pečivo 2ks, 100g parížsky šalát/1,3,7	Pečivo 2ks, 50g maslová nátierka, paradajka 50g,0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka hovädzia 3dcl, pečené kuracie stehno, zemiaky, šalát 220g/200g/100g/1,3,7	Polievka hovädzia 3dcl, pečené kuracie stehno, ryža, šalát 220g/200g/100g/1,3,7	Polievka hovädzia 3dcl, pečené kuracie stehno, zemiaky, šalát 220g/200g/100g/1,3,7
		Olovr.	keks 1ks/1,3,7	keks 1ks/1,3,7	keks 1ks/1,3,7
		Večera	100g chlieb, 20g maslo, 1ks syr troj., 100g šunka, paradajka 50g/1,3,7	100g chlieb, 20g maslo, 1ks syr troj., 100g šunka, paradajka 50g/1,3,7	100g chlieb, 20g maslo, 1ks syr troj., 100g šunka, paradajka 50g/1,3,7
		II Večera		grah.rožok, jogurt biely 1ks dia/1,3,7	

Váha mäsa v surovom stave je 120g

Zodpovedný vedúci: KUBINEC Peter
Jedálny lístok upravený stravovacou komisiou

Riaditeľka DSS a ZPS: Hlavná sestra: Ved. prevádzky:

Alergény: 1-obilniny, 2-kôrovce, 3-vajcia, 4-ryby, 5-arašidy, 6-sojové zrná, 7-mlieko, 8-orechy, 9-zeler, 10-horčica, 11-sezamové semená, 12-oxid siričitý a siričitany, 13-vlčí bôb, 14-mäkkýše

