

JEDÁLNY LÍSTOK od 03.11.2025 do 09.11.2025 c 45

Dát.	Deň		diéta č. 3 - racionálna	diéta č. 9 - diabetická	diéta č.4 - šetriaca
pondelok 03. november 2025	PONDELOK	Raňajky	100g chlieb, 50g bryndzová nátierka, 50g cibuľka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g bryndzová nátierka, 50g cibuľka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g maslová nátierka, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka kapustová desiatová 3dcl, ovocné pirohy s lekvárom 300g/1,3,7	Polievka kapustová desiatová 3dcl, kuracia živánska na plechu so zeleninou, zemiaky,	Polievka zeleninová 3dcl, ovocné pirohy s lekvárom 300g/1,3,7
		Olovr.	termix 1ks/7	jogurt 1ks dia/7	termix 1ks/7
		Večera	Srbské rizoto so syrom 300g/7	Srbské rizoto so syrom 300g/7	Zeleninové rizoto so syrom 300g/7
		II Večera		50g chlieb, maslo/1,3,7	
utorok 4. november 2025	UTOROK	Raňajky	Chlieb 100g, 50g šunka, maslo, paradajka 50g/1,3,7	Chlieb 100g, 50g šunka, maslo, paradajka 50g/1,3,7	Chlieb 100g, 50g šunka, maslo, paradajka 50g/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka pórková s vajíčkom 3dcl, bravčové na slaninke a horčici, cestovina	Polievka pórková s vajíčkom 3dcl, bravčové na slaninke a horčici, cestovina	Polievka vložková 3dcl, bravčové na paradajkách, cestovina 120g/200g/1,3,7
		Olovr.	brumík/1,3,7	brumík dia/1,3,7	brumík/1,3,7
		Večera	Karfiol ako mozoček, zemiaky 150g/200g/3	Karfiol ako mozoček, zemiaky 150g/200g/3	Zeleninový nákyp 300g/3,7
		II Večera		50g chlieb, 30g nátierkové maslo/1,3,7	
streda 05. november 2025	STREDA	Raňajky	Kakao 0,2l, lupačka, maslo, 20g džem/1,3,7	Kakao 0,2l, 2ks grah. rožok, maslo, 1ks syr, 50g šunka/1,3,7	Kakao 0,2l, lupačka, maslo, 20g džem/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka brokolicová 3dcl, segedínsky guláš bravčový, knedľa 120g/200g/160g/1,3,7	Polievka brokolicová 3dcl, segedínsky guláš bravčový, zemiaky 120g/200g/160g/1,3,7	Polievka zemiaková číra 3dcl, brav. dusené na rasci, zemiaky 120g/200g/1,3
		Olovr.	pagáčik/1,3,7	pagáčik/1,3,7	piškotový rez 1ks/1,3,7
		Večera	Cestoviny all artabbiata 300g/1,3,7	Cestoviny all artabbiata 300g/1,3,7	Cestoviny s kuracím a zeleninou 300g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb, maslo, 20g plátkový syr/1,3,7	
tok 6. november 2025	ŠTVRTOK	Raňajky	Sardínková pomazánka, cibuľka, chlieb 50g/20g/100g/1,3,4,7	Sardínková pomazánka, cibuľka, chlieb 50g/20g/100g/1,3,4,7	Maslo,šunka 50g, chlieb 100g/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka šošovicová na kyslo 3dcl, kuracie AZU po tatársky, zemiaky 120g/200g/1,3,7	Polievka šošovicová na kyslo 3dcl, kuracie AZU po tatársky, zemiaky 120g/200g/1,3,7	Polievka zemiaková číra 3dcl, kuracie na hrášku, zemiaky 120g/200g
		Olovr.	croissant/1,3,7	croissant/1,3,7	croissant/1,3,7
		Večera	Bryndzové pirohy so smotanou 300g/1,3,7	Bryndzové pirohy so smotanou 300g/1,3,7	Cestoviny zapekané so šunkou a paradajkou 300g/1,3,7

štv		II Večera		50g chlieb, maslo, 20g šunka/1,3,7	
piatok 07. november 2025	PIATOK	Raňajky	100g chlieb, 50g cesnaková nátierka, 50g uhorka, 0,2l čaj/1,7	100g chlieb, 50g cesnaková nátierka, 50g uhorka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 30g maslová nátierka, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka gulášová 3dcl, strapačky s kapustou a slaninkou 300g/1,3,7	Polievka gulášová 3dcl, kuracie soté, ryža, šalát 120g/160g/100g/1,3,7	Polievka gulášová-diétna 3dcl, kuracie soté, ryža, šalát 120g/160g/100g/1,3,7
		Olovr.	keks/1,3,7	keks/1,3,7	keks/1,3,7
		Večera	Granatiersky pochod, uhorky 300g/100g/1,3,7	Granatiersky pochod, uhorky 300g/100g/1,3,7	Granatiersky pochod, cvikla 300g/100g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb, 1ks paštika/1,3,7	
sobota 08. november 2025	SOBOTA	Raňajky	Pečivo 2ks, párky 2ks, horčica, 0,2l čaj/1,3,7,10	Pečivo 2 ks, párky 2ks, horčica, 0,2l čaj/1,3,7,10	Pečivo 2ks, párky 2ks, kečup, 0,2l čaj/1,3
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka mrkvová krémová 3dcl, francúzske zemiaky, uhorky 300g/100g/3,7	Polievka mrkvová krémová 3dcl, francúzske zemiaky, uhorky 300g/100g/3,7	Polievka mrkvová krémová -3dcl, francúzske zemiaky-šetriace, uhorky 300g/100g/3,7
		Olovr.	pizza kolačik 1ks/1,3,7	pizza kolačik 1ks/1,3,7	brumík/1,3,7
		Večera	Orechové rezance 300g/1,3,7,8	Orechové rezance 300g/1,3,7,8	Tvarohové rezance 300g/1,3,7(bezlaktózový tvaroh)
		II Večera		50g chlieb, 30g nátierkové maslo/1,3,7	
nedeľa 09. november 2025	NEDEĽA	Raňajky	Kakao 0,2l, 120g kakaový závin/1,3,7	Kakao dia 0,2l, 120g dia vianočka, maslo, 20g džem dia/1,3,7	Kakao 0,2l, 120g dia vianočka, maslo, 20g džem dia/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka slepačia 3dcl, vypr. morčací rezeň, ryža, šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka slepačia 3dcl, vypr. morčací rezeň, ryža, šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka slepačia 3dcl, dus. morčacie prsia, ryža, šalát 120g/200g/100g/1,3
		Olovr.	ovocný jogurt 1ks/7	biely jogurt 1ks/7	ovocný jogurt 1ks/7
		Večera	100g chlieb, maslo, 100g pečeňový syr, paradajka 50g/1,3,7	100g chlieb, maslo, pečeňový syr, paradajka 50g/1,3,7	100g chlieb, maslo, 100g šunka, paradajka 50g/1,3,7
		II Večera		chlieb 50g, 20g suchý salám, maslo/1,3,7	

Váha mäsa v surovom s tave 120g

