

JEDÁLNY LÍSTOK od 09.03.2026 do 15.03.2026 č 11

Dát.	Deň		diéta č. 3 - racionálna	diéta č. 9 - diabetická	diéta č.4 - šetriaca
pondelok 9. marec 2026	PONDELOK	Raňajky	100g chlieb, 50g šunková pena, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g šunková pena, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g šunková pena, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka kapustová s údeninou 3dcl, šúľance s orechami 300g/1,3,7	Polievka kapustová s údeninou 3dcl, kuracia živánska, zemiaky pučené, kapustový šalát 120g/200g/100g/1,7	Polievka cuketová jarná 3dcl, kuracie kúsky na paradajke 120g, zemiaky 160g, mrkvový šalát 100g/1,3,7
		Olovr.	pagačik/1,3,7	pagačik/1,3,7	pagačik/1,3,7
		Večera	Kuracia živánska, pučené zemiaky, kapustový šalát 120g/200g/100g 1,7	Zeleninový nákyp 300g/3,7	Zeleninový nákyp 300g/3,7
		II Večera		50g chlieb, 20g šunka, 10g maslo/1,3,7	
utorok 10. marec 2026	UTOROK	Raňajky	2ks pečivo, saláma 50g, maslo 1ks, 50g paprika, 0,2l čaj/1,3,7	2ks pečivo, saláma 50g, maslo 1ks, 50g paprika, 0,2l čaj/1,3,7	2ks pečivo, saláma 50g, maslo 1ks, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka šošovicová 3dcl, morčací plátok na rasci a slaninke, ryža, ľadový šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka šošovicová 3dcl, morčací plátok na rasci slaninke, ryža, ľadový šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka zeleninová 3dcl, morčací plátok na rasci, ryža, ľadový šalát 120g/200g/100g/1,3,7
		Olovr.	keks/1,3,7	keks/1,3,7	keks/1,3,7
		Večera	Fazuľový prívarok, vajce varené, chlieb 300g/1ks/100g/1,3,7	Fazuľový prívarok, vajce varené, chlieb 300g/1ks/100g/1,3,7	Luskový prívarok, vajce varené-bielko, chlieb 300g/2ks/100g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb, 30g nátierkové maslo/1,3,7	
streda 11. marec 2026	STREDA	Raňajky	Kakao 0,2l, 120g vianočka, 1ks mini maslo, 1ks mini džem/1,3,7	Kakao 2l, dia-vianočka, 1ks mini maslo, 1ks dia mini džem/1,3,7	Kakao 0,2l, 120g vianočka, 1ks mini maslo, 1ks mini džem/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka zeleninová 3dcl, francúzske zemiaky, uhorky 300g/100g/1,3,7	Polievka zeleninová 3dcl, francúzske zemiaky, uhorky 300g/100g/1,3,7	Polievka zeleninová 3dcl, francúzske zemiaky šetriace, cvikla 300g/100g/1,3,7
		Olovr.	piškótový rez/1,3,7	kek dia/1,3,7	piškótový rez/1,3,7
		Večera	Špagety s kečupom a syrom 300g/1,3,7	Špagety s kečupom a syrom 300g/1,3,7	Špagety s kečupom a syrom 300g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb, 20g maslo, 1ks tavený syr/1,3,7	

štvrtok 12. marec 2026	ŠTVRTOK	Raňajky	2ks kaiserka, 50g diétna saláma, 1ks mini maslo, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	2ks kaiserka, 50g diétna saláma, 1ks mini maslo, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	2ks kaiserka, 50g diétna saláma, 1ks mini maslo, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka paradajková 3dcl, bravčové výpečky, slovenská ryža, čalamáda 120g/200g/120g/1,3,7	Polievka paradajková 3dcl, bravčové výpečky, slovenská ryža, čalamáda 120g/200g/120g/1,3,7	Polievka paradajková 3dcl, brav. dusené, slovenská ryža, šalát 120g/200g/120g/1,3,7
		Olovr.	jogurt ovocný 1ks/7	jogurt dia 1ks/7	jogurt ovocný 1ks/7
		Večera	Ovocné guľky s posýpkou 300g/1,3,7	Zemiakový privarok, vajce, chlieb 250g/1ks/100g/1,3,7	Ovocné guľky s posýpkou 300g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb, 1ks mini maslo, 20g šunka/1,3,7	
piatok 13. marec 2026	PIATOK	Raňajky	Rybacia nátierka 50g, 100g chlieb, 50g cibuľka, 0,2l čaj/1,3,4,7	Rybacia nátierka 50g, 100g chlieb, 50g cibuľka, 0,2l čaj/1,3,4,7	Maslová nátierka 30g, 100g chlieb, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka pórková 3dcl, vyprážaný encián, zemiaky, tat. omáčka 120g/200g/1ks/1,3,7	Polievka pórková 3dcl, vyprážaný encián, zemiaky, tat. omáčka 120g/200g/1ks/1,3,7	Polievka pórková 3dcl, kuracie soté, zemiaky, šalát 120g/200g/100g/1,3,7
		Olovr.	croisant 1ks/1,3,7	croisant 1ks dia/1,3,7	piškotový rez 1ks/1,3,7
		Večera	Halušky s vajíčkom a slaninkou 300g, 100g šalát s čínskej kapusty/1,3,7	Cestoviny s vajíčkom a slaninkou 250g, 100g šalát s čínskej kapusty/1,3,7	Cestoviny s bielkom a šunkou 300g, 100g šalát paradajkový/1,3,7
		II Večera		50g chlieb, 20g maslo, 1ks tavený syr/1,3,7	
sobota 14. marec 2026	SOBOTA	Raňajky	2ks chlieb, párok, horčica, čaj 0,2dcl/1pár/30g/1,3,7,10	2ks chlieb, párok, horčica, čaj 0,2dcl/1pár/30g/1,3,7,10	2ks chlieb, párok, kečup, čaj 0,2dcl/1pár/30g/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka gulášová 3dcl, štefánska roláda, zemiaková kaša, šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka gulášová 3dcl, štefánska roláda, zemiaková kaša, šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka gulášová diétna 3dcl, prírodná placka z mletého mäsa, zemiaková kaša, šalát 120g/200g/100g/1,3,7
		Olovr.	cesnakový uzol/1,3,7	croisant 1ks dia/1,3,7	cesnakový uzol/1,3,7
		Večera	Ovocný ryžový nákyp 300g/7	Ovocný ryžový nákyp dia 300g/7	Ovocný ryžový nákyp 300g/7
		II Večera		50g chlieb ražný, 30g nátierkové maslo/1,3,7	

nedeľa 15. marec 2026	NEDEĽA	Raňajky	Čaj 0,2l, 2ks sladký rožok/1,3,7	Čaj 0,2l, 2ks sladký rožok dia /1,3,7	Čaj 0,2l, 2ks sladký rožok/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka hovädzí vývar 3dcl, prírodný kurací plátok so šampiónmi, ryža s hráškom, šalát 120g/200g/120g/1,3,7	Polievka hovädzí vývar 3dcl, prírodný kurací plátok so šampiónmi, ryža s hráškom, šalát 120g/200g/120g/1,3,7	Polievka hovädzí vývar 3dcl, prírodný kurací plátok so zeleninou, ryža s hráškom, šalát 120g/200g/120g/1,3,7
		Olovr.	biely jogurt 1ks/7	biely jogurt 1ks/7	biely jogurt 1ks/7
		Večera	100g chlieb, 20g maslo, 1ks troj. syr, 100g diétna šunka, paradajka 50g/1,3,7	100g chlieb, 20g maslo, 1ks troj. syr, 100g diétna šunka, paradajka 50g/1,3,7	100g chlieb, 20g maslo, 1ks troj. syr, 100g diétna šunka, paradajka 50g/1,3,7
		II Večera		Chlieb 50g, biely jogurt 1ks/1,3,7	

Váha mäsa v surovom stave je 120g

Vyhotovila diétna sestra : Gálová Marcela

Zodpovedný vedúci: KUBINEC Peter

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



