

JEDÁLNY LÍSTOK od 02.06.2025 do 08.06.2025 č.23

Dát.	Deň		diéta č. 3 - racionálna	diéta č. 9 - diabetická	diéta č.4 - šetriaca
pondelok 02. jún 2025	PONDELOK	Raňajky	100g chlieb, 50 g syrová pena s pažitkou, 50g paprika, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50 g syrová pena s pažitkou, 50g paprika, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50 g syrová pena, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka fazuľová desiatová 0,3l, šúľance so strúhankou 300g/1,3,7	Polievka fazuľová desiatová 0,3l, šúľance so strúhankou 300g/1,3,7	Polievka zeleninová 0,3dcl, šúľance so strúhankou 300g/1,3,7
		Olovr.	keks/1,3,7	keks dia/1,3,7	keks/1,3,7
		Večera	Kuracie soté, ryža 120g/200g	Kuracie soté, ryža 120g/200g	Kuracie soté, ryža 120g/200g
		II Večera			
utorok 3. jún 2025	UTOROK	Raňajky	pečivo 2ks, 50g strážovská saláma, 1ks mini maslo, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	pečivo 2ks, 50g strážovská saláma, 1ks mini maslo, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	pečivo 2ks, 50g diétna saláma, 1ks mini maslo, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka hrášková 3dcl, znojenské stehno plátok, ryža 120g/200g/1,3	Polievka hrášková 3dcl, znojenské stehno plátok, ryža 120g/200g/1,3	Polievka hrášková 3dcl, bravčové stehno plátok, ryža 120g/200g/1,3
		Olovr.	croissant 1ks/1,3,7	croissant dia/1,3,7	croissant/1,3,7
		Večera	Tekvicový prívarok, vajce, chlieb 300g /1ks/100g/1,3,7	Tekvicový prívarok, vajce, chlieb 300g/1ks/100g/1,3,7	Tekvicový prívarok, vajce, chlieb 300g/1ks/100g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb, 30g nátierkové maslo/1,3,7	
streda 4. jún 2025	STREDA	Raňajky	Kakao, čaj 0,2l, lupučka 2ks, 1ks mini maslo, 1ks mini džem/1,3,7	Kakao, čaj 0,2l, 2ks graham pečivo 2ks, 1ks mini maslo, 1ks mini džem-dia/1,3,7	Kakao, čaj 0,2l, lupučka 2ks, 1ks mini maslo, 1ks mini džem/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka hlivová-3dcl, mexický guláš, knedľa 120g/200g/1,3,7	Polievka hlivová-3dcl, mexický guláš, zemiaky 120g/200g/1,3,7	Polievka paradjková 3dcl, bravčové dusené, zemiaky 120g/200g/200g/1,3,7
		Olovr.	brumík/1,3,7	keks dia/1,3,7	brumík /1,3,7
		Večera	Cestovinový šalát na studeno 300g/1,3,7	Cestovinový šalát na studeno 300g/1,3,7	Cestovinový šalát na studeno 300g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb, 20g šunka, 10g maslo/1,3,7	
tvrtok 5. jún 2025	ŠTVRTOK	Raňajky	100g chlieb, 50g nátierka šunková, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g nátierka šunková, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g nátierka šunková, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka karotková 3dcl, kuracie ražniči na plechu, zemiaky, šalát 120g/200g/100g	Polievka karotková 3dcl, kuracie ražniči na plechu, zemiaky, šalát 120g/200g/100g	Polievka karotková 3dcl, kuracie na zelenine, zemiaky, šalát 120g/200g/100g
		Olovr.	termix/7	jogurt biely/7	termix/7
		Večera	Sojové soté, ryža 120g/200g/6	Sojové soté, ryža 120g/200g/6	Sojové soté, ryža 120g/200g/6

5		II Večera		50g chlieb, 1ks mini maslo, 20g diétna saláma/1,3,7	
piatok 6. jún 2025	PIATOK	Raňajky	Kakaovník 120g, čaj 2dcl/1,3,7	Vianočka dia 120g, maslo 1ks, džem dia 1ks, čaj 2dcl/1,3,7	Kakaovník 120g, čaj 2dcl/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka kelová 3dcl, strapačky s kapustou a slaninkou 300g/1,3,7	Polievka kelová 3dcl, strapačky s kapustou a slaninkou 300g/1,3,7	Polievka zeleninová 3dcl, prírodné filé na paradajkách, zemiaky 120g/200g/1,4
		Olovr.	croissant 1ks/1,3,7	dia croissant 1ks/1,3,7	croissant/1,3,7
		Večera	Kotlíkový guláš, chlieb 300g/100g/1,3,7	Kotlíkový guláš, chlieb 300g/100g/1,3,7	Kotlíkový guláš diétny, chlieb 300g/100g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb, 20g maslo, 20g plátkový syr/1,3,7	
sobota 7. jún 2025	SOBOTA	Raňajky	50g bryndzová nátierka, 100g chlieb, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	50 bryndzová nátierka, 100g chlieb, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	50g šunková nátierka, 100g chlieb, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka cesnaková s krutónmi 3dcl, šošovicový prívarok, hydínové karbonátky, chlieb 250g/100g/100g/1,3,7	Polievka cesnaková s krutónmi 3dcl, šošovicový prívarok, hydínové karbonátky, chlieb 250g/100g/100g/1,3,7	Polievka krúpková 3dcl, hydínový plátok, zemiaky 120g/200g/1,3,7
		Olovr.	perník/1,3,7	perník dia/1,3,7	perník/1,3,7
		Večera	Rizoto so zeleninou a syrom 300g/7	Rizoto so zeleninou a syrom 250g/7	Rizoto so zeleninou a syrom 300g/7
		II Večera		50g chlieb, 1ks mini maslo, 20g suchá saláma/1,3,7	
nedeľa 8. jún 2025	NEDEĽA	Raňajky	0,2l čaj, vianočka 120g, maslo, 1ks džem/1,3,7	0,2l čaj, vianočka-dia 120g, maslo, 1ks džem dia/1,3,7	0,2l čaj, vianočka 120g, maslo, džem 1ks/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka hovädzí vývar 3dcl, vyprážaný kurací rezeň, zemiaková kaša, mieš. šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka hovädzí vývar 3dcl, vyprážaný kurací rezeň, zemiaková kaša, mieš. šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka hovädzí vývar 3dcl, prírodný bravčový plátok, zemiaková kaša, paradajkový šalát 120g/200g/100g/1,3,7
		Olovr.	puding/7	dia puding 1ks/7	puding/7
		Večera	100g chlieb, 20g maslo, 100g diétna saláma, paradajka 50g/1,3,7	100g chlieb, 20g maslo, 100g diétna saláma, paradajka 50g/1,3,7	100g chlieb, 20g maslo, 100g diétna saláma, paradajka 50g/1,3,7
		II Večera		chlieb 50g, biely jogurt 1ks/1,3,7	

Váha mäsa v surovom stave 120g

