

JEDÁLNY LÍSTOK od 09.06.2025 do 15.06.2025 c 24

Dát.	Deň		diéta č. 3 - racionálna	diéta č. 9 - diabetická	diéta č.4 - šetriaca
pondelok 09. jún 2025	PONDELOK	Raňajky	100g chlieb, 50g tuniaková nátierka, 50g cibuľka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g tuniaková 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 gulášová 0,3dcl, ovocné guľky/pirohy s posýpkou 300g/1,3,7	Polievka gulášová 0,3dcl, mletá placka so zeleninou, zemiaky, šalát	Polievka gulášová diétnej 0,3dcl, ovocné guľky /pirohy s posýpkou 300g/1,3,7
		Olovŕ.	pagáčik/1,3,7	pagáčik/1,3,7	keks/1,3,7
		Večera	Morčacie na čínsky spôsob, cestovina 120g/200g/1,3,7	Morčacie na čínsky spôsob, cestovina 120g/200g/1,3,7	Morčacie soté, cestovina 120g/200g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb, 10g maslo/1,3,7	
utorok 10. jún 2025	UTOROK	Raňajky	Pečivo 2ks, 50g šunka, maslo 1ks, paradajka 50g/1,3,7	Pečivo 2ks, 50g šunka, maslo 1ks, paradajka 50g/1,3,7	Pečivo 2ks, 50g šunka, maslo 1ks, paradajka 50g/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka kapustová letná 3dcl, bravčové na srbský spôsob, tarhoňa 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka kapustová letná 3dcl, bravčové na srbský spôsob, tarhoňa	Polievka vločková 3dcl, bravčové dusené na rasci, tarhoňa 120g/200g/1,3,7
		Olovŕ.	brumík/1,3,7	brumík dia/1,3,7	brumík/1,3,7
		Večera	Šunkovo syrový nákyp so zemiakmi, cvikla 300g/50g/7	Šunkovo syrový nákyp so zemiakmi, cvikla 300g/50g/7	Šunkovo syrový nákyp so zemiakmi, cvikla 300g/50g/7
		II Večera		50g chlieb, 30g nátierkové maslo/1,3,7	
streda 11. jún 2025	STREDA	Raňajky	Čaj, kakao 0,2l, lupačka, 20g maslo, 20g džem/1,3,7	Kakao, čaj 0,2l, 2ks grah. rožok, 1ks mini maslo, 1ks svr. 50g šunka/1.3.7	Čaj, kakao 0,2l, lupačka 1ks, 20g maslo, 20g džem/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka zemiaková číra zaprážená 3dcl, guľky plnené s údeným mäsom 5k, kapusta 200g/1,3,7	Polievka zemiaková číra zaprážená 3dcl, guľky plnené s údeným mäsom 5ks, kapusta 200g/1,3,7	Polievka zemiaková číra 3dcl, kuracie soté so zeleninou, zemiaky 120g/200g
		Olovŕ.	detská výživa	detská výživa	detská výživa
		Večera	Zeleninové rizoto so syrom 300g, cvikla 50g/7	Zeleninové rizoto so syrom 300g, cvikla 50g/7	Zeleninové rizoto so syrom 300g, cvikla 50g/7
		II Večera		50g chlieb, 20g maslo, 20g plátkový syr/1,3,7	

štvrtok 12. jún 2025	ŠTVRTOK	Raňajky	Vajíčková pomazánka, cibuľka, chlieb 50g/30g /100g/1,3,7	Vajíčková pomazánka, cibuľka, chlieb 50g/30g /100g/1,3,7	Vajíčková -bielko pomazánka, paradajka, chlieb 50g/30g /100g/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka karfilová 3dcl, pečené bravčové výpečky, zemiaky, šalát 120g/200g/100g	Polievka karfilová 3dcl, pečené bravčové výpečky, zemiaky, šalát 120g/200g/100g	Polievka zemiaková číra 3dcl, bravčové kúsky na paradajkách, zemiaky, šalát
		Olovŕ.	croisant/1,3,7	croisant/1,3,7	croisant/1,3,7
		Večera	Cestoviny so syrovou omáčkou 300g/1,3,7	Cestoviny so syrovou omáčkou 300g/1,3,7	Cestoviny so syrovou omáčkou 300g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb, 1ks mini maslo, 20g šunka/1,3,7	
piatok 13. jún 2025	PIATOK	Raňajky	100g chlieb, 30g cenaková nátierka, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,7	100g chlieb, 30g cesnaková nátierka, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 30g maslová nátierka, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka hokaido 3dcl, gazdovské halušky s údeným syrom 300g/1,3,7	Polievka hokaido 3dcl, gazdovské halušky s údeným syrom 300g/1,3,7	Polievka hokaido 3dcl, prírodné filé na masle, zemiaky 120g/200g/1,4
		Olovŕ.	keks/1,3,7	keks/1,3,7	keks/1,3,7
		Večera	Lúskový prívarok, vajce, chlieb 300g/1ks/100g/1,3,7	Lúskový prívarok, vajce, chlieb 300g/1ks/100g/1,3,7	Lúskový prívarok, vajce-bielko, chlieb 300g/1ks /100g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb, 1ks paštika/1,3,7	
sobota 14. jún 2025	SOBOTA	Raňajky	100g chlieb, párky 2ks, horčica, 0,2l čai/1.3.7.10	100g chlieb, párky 2ks, horčica, 0,2l čai/1.3.7.10	100g chlieb, párky 2ks, kečup, 0,2l čaj/1,3
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka mrkvová 3dcl, mäsová guľka v paradajkovej omáčke, zemiaky 120g/200g/3	Polievka mrkvová 3dcl, mäsová guľka v paradajkovej omáčke, zemiaky 120g/200g/3	Polievka mrkvová 3dcl, mäsová guľka v paradajkovej omáčke, zemiaky 120g/200g/3
		Olovŕ.	puding čokoláda/7	puding dia/7	brumík/1,3,7
		Večera	Krupicové rezance, kompót 300g/50g/1,3,7	Brav. na karfiole, ryža 100g/160g/1,3,7	Krupicové rezance, kompót 300g/50g/1,3
		II Večera		50g chlieb, 30g nátierkové maslo/1,3,7	
nedelia 15. jún 2025	NEDEĽA	Raňajky	Čaj, kakao 0,2l, 120g tvarohový závin /1,3,7	Čaj, kakao dia 0,2l, 120g dia vianočka, 20g maslo, 20g džem dia/1,3,7	Čaj, kakao 0,2l, 120g tvarohový závin /1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka slepačia 3dcl, vypr. morčacie, ryža, šalát 120g/200g/1,3,7	Polievka slepačia 3dcl, vypr. morčacie, ryža, šalát 120g/200g/1,3,7	Polievka slepačia 3dcl, dus. morčacie prsia, zemiaky 120g/200g/1,3,
		Olovŕ.	ovocný jogurt 1ks/7	biely jogurt 1ks/7	jogurt/7
		Večera	100g chlieb, 20g maslo, 1ks troj.syr, 100g šunková saláma, paradajka 50g/1,3,7	100g chlieb, 20g maslo, 1ks troj.syr, 100g šunková saláma, paradajka 50g/1,3,7	100g chlieb, 20g maslo, 1ks troj.syr, 100g šunková saláma, paradajka 50g/1,3,7
		II Večera		chlieb 50g, 20g suchý salám, 1ks maslo/1,3,7	

Váha mäsa v surovom stave je 100g

