

JEDÁLNY LÍSTOK od 21.07.2025 do 27.07.2025 č.30

Dát.	Deň		diéta č. 3 - racionálna	diéta č. 9 - diabetická	diéta č.4 - šetriaca
pondelok 21. júl 2025	PONDELOK	Raňajky	100g chlieb, 50g oškvarková nátierka, 50g uhorka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g oškvarková nátierka, 50g uhorka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g maslová nátierka, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka hrstková s údeninou desiatová 3dcl, plnené šúľance s posýpkou 300g/1,3,7	Polievka hrstková s údeninou desiatová 3dcl, močacie kúsky so syrovou omáčkou. cestovina	Polievka cuketová 3dcl, plnené šúľance s posýpkou 300g/1,3,7
		Olovr.	napolitanka/1,3,7	dia -napolitanka/1,3,7	napolitanka/1,3,7
		Večera	Opekaná diätná saláma, zemiaková kaša, uhorky 120g/200g /100g/7	Opekaná diätná saláma, zemiaková kaša, uhorky 120g/200g /100g/7	Opekaná diätná saláma, zemiaková kaša, cvikla 120g/200g/7
		II Večera		50g chlieb, acidofilné mlieko 1ks/1,7	
utorok 22. júl 2025	UTOROK	Raňajky	2 ks pečivo, maslo, 50g tuniaková nátierka, paradajka, 0,2l čaj, káva/1,3, 4,7	2 ks pečivo, maslo, 50g tuniaková nátierka, paradajka, 0,2l čaj, káva/1,3, 4,7	2 ks pečivo, maslo, 50g šunková nátierka, paradajka, 0,2l čaj, káva/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka hlivová 3dcl, bravčové dusené prírodné so slaninkou, tarhoňa, šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka hlivová 3dcl, bravčové dusené prírodné so slaninkou, tarhoňa, šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka zemiaková 3dcl, bravčové dusené prírodné so zeleninou, tarhoňa, šalát 120g/200g/100g/1,3,7
		Olovr.	perník/1,3,7	perník dia/1,3,7	perník/1,3,7
		Večera	Dusené lúsky so zeleninou, varené vajíčko, zemiaky 150g/1ks/200g/3	Dusené lúsky so zeleninou, varené vajíčko, zemiaky 150g/1ks/200g/3	Dusené lúsky so zeleninou, varené vajíčko-bielko, zemiaky 150g/1ks/200g/3
		II Večera		50g chlieb, 30g nátierkové maslo/1,3,7	
streda 23. júl 2025	STREDA	Raňajky	2ks lupáčka, maslo 1ks, džem, mlieko 0,2l, 0,2l čaj/1,3,7	2ks graham pečivo, maslo 1ks, džem, mlieko 0,2l, 0,2l čaj/1,3,7	2ks lupáčka, maslo 1ks, džem, mlieko 0,2l, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka špenátová 3dcl, vypr. pangasius, slovenský šalát 120g/200g/160g/1,3,4,7	Polievka špenátová 3dcl, vypr. pangasius, slovenský šalát 120g/200g/160g/1,3,4,7	Polievka špenátová 3dcl, prírodný pangasius, zemiaky 120g/200g/160g/1,3,4,7
		Olovr.	detská výživa 1ks	detská výživa 1ks-dia	detská výživa 1ks
		Večera	Zeleninové rizoto 300g so syrom, uhorky 100g/7	Zeleninové rizoto 300g so syrom, uhorky 100g/7	Zeleninové rizoto 300g so syrom, cvikla 100g/7
		II Več.		50g chlieb, 20g maslo, 1ks tavený syr/1,3,7	
štvrtok 24. júl 2025	ŠTVRTOK	Raňajky	Kaiserka 2ks, maslo 1ks, salám 50g, 50g paprika, 0,2l čaj/1,3,7	Kaiserka 2ks, maslo 1ks, salám 50g, 50g paprika, 0,2l čaj/1,3,7	Kaiserka 2ks, maslo 1ks, diätny salám 50g, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka rascová 3dcl, plnená paprika, paradajková omáčka, zemiaky 120g/200g/200g/1,3	Polievka rascová 3dcl, mäsová guľka, paradajková omáčka, zemiaky 120g/200g/200g/1,3	Polievka rascová 3dcl, bravčové dusené, zemiaky, šalát 120g /160g/100g
		Olovr.	ovocný jogurt/7	biely jogurt/7	ovocný jogurt/7
		Večera	cestoviny zapékané so zeleninou, cvikla 300g/50g/1,3,7	Cestoviny zapékané so zeleninou, cvikla 300g/50g/1,3,7	Cestoviny zapékané so zeleninou, cvikla 300g/50g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb. 1ks mini maslo. 20g saláma/1.3.7	

piatok 25. júl 2025	PIATOK	Raňajky	Syrová nátierka 50g, paradajka 50g, chlieb 100g, 0,2l káva, čaj/1,3,7	Syrová nátierka 50g, paradajka 50g, chlieb 100g, 0,2l káva, čaj/1,3,7	Syrová nátierka 50g, paradajka 50g, chlieb 100g, 0,2l káva, čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka šampiónová 3dcl, bryndzové halušky so smotanou a slaninkou 300g/1,3,7	Polievka šampiónová 3dcl, bryndzové halušky so smotanou a slaninkou 300g/1,3,7	Polievka hrášková 3dcl, kuracie dusené, zemiaky, šalát 120g/200g/100g
		Olovr.	keks/1,3,7	keks/1,3,7	keks/1,3,7
		Večera	Krupicová kaša s posýpkou 300g/7	Krupicová kaša s posýpkou 300g/7	Krupicová kaša s posýpkou 300g/7
		II Večera		Grah.rožok, 20g maslo, 1ks tavený syr/1,3,7	
sobota 26. júl 2025	SOBOTA	Raňajky	100g chlieb, 30g vajíčková nátierka s pažitkou, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 30g vajíčková nátierka s pažitkou, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 30g maslová nátierka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka tekvicová číra 3dcl, francúzske zemiaky, uhorky 300g/100g/3,7	Polievka tekvicová číra 3dcl, francúzske zemiaky, uhorky 300g/100g/3,7	Polievka tekvicová číra 3dcl, francúzske zemiaky šetriace, cvikla 300g/100g/3,7
		Olovr.	croisant/1,3,7	croisant dia/1,3,7	croisant/1,3,7
		Večera	Šampiónový perkelt, cestovina 150g/200g/1,3,7	Šampiónový perkelt, cestovina, 150g/200g/1,3,7	Zeleninové soté, cestovina 150g/200g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb, 30g nátierkové maslo/1,3,7	
nedeľa 27. júl 2025	NEDEĽA	Raňajky	Čaj, kakao 0,2l, 120g vianočka, 20g maslo, 20g džem/1,3,7	Čaj, kakao 0,2l dia, 20g dia vianočka, 20g maslo, 20g džem dia/1,3,7	Čaj, kakao 0,2l, 120g vianočka, 20g maslo, 20g džem/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka slepačia 3dcl, morčací plátok na rasci, ryža, šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka slepačia 3dcl, morčací plátok na rasci, ryža, šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka slepačia 3dcl, morčací plátok na rasci, ryža, šalát 120g/200g/100g/1,3,7
		Olovr.	puding/7	puding-dia/7	puding/7
		Večera	100g chlieb, 1ks syr troj, 100g šunková saláma, paradajka 50g/1,3,7	100g chlieb, 1ks syr troj., 100g šunková saláma, paradajka 50g/1,3,7	100g chlieb, 1ks syr troj., 100g šunková saláma, paradajka 50g/1,3,7
		II Večera		Grah. rožok, jogurt biely dia/1,3,7	

Váha mäsa v surovom stave je 120g

--	--	--