

JEDALNY LISTOK od 05.10.2026 do 11.10.2026 č.41

Dát.	Deň		diéta č. 3 - racionálna	diéta č. 9 - diabetická	diéta č.4 - šetriaca
pondelok 5. október 2026	PONDELOK	Raňajky	100g chlieb, cesnaková nátierka 50g, paradajka 50g/1,3,7	100g chlieb, cesnaková nátierka 50g, paradajka 50g/1,3,7	100g chlieb, varené vajce-bielko 2ks, paradajka 50g, maslo/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka gulášová 0,3l, palacinky s tvarohom 3ks/1,3,7	Polievka gulášová 0,3l, bravčové vo vlastnej šťave s mrkvou a petržlenom 120g, tarhoňa 200g,/paradajkový šalát 100g/1,3	Polievka gulášová-dietna 0,3l, palacinky s tvarohom 3ks/1,3,7
		Olovr.	keks/1,3,7	keks dia/1,3,7	keks/1,3,7
		Večera	Kapustné fľačky so slaninkou 300g/1,3,7	Kapustné fľačky so slaninkou 300g/1,3,7	Cestoviny so zeleninou a šunkou 300g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb, 1ks tavený syr, 20 g šunka/1,3,7	
utorok 6. október 2026	UTOROK	Raňajky	Kaiserka 2ks, 50g saláma, maslo, 50g nastrúhaná uhorka, 0,2l čaj/1,3,7	Kaiserka 2ks, 50g saláma, maslo, 50g nastrúhaná uhorka, 0,2l čaj/1,3,7	Kaiserka 2ks, 50g saláma, maslo, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka lúsková na kyslo 0,3l, kurací paprikáš /bez smotany /, halušky 120g/200g/1,3,7	Polievka lúsková na kyslo 0,3l, kurací paprikáš/bez smotany/, cestovina 120g/200g/1,3,7	Polievka lúsková na kyslo 0,3l, kuracie soté, cestovina 120g/200g/1,3,7
		olovr.	piškótový rez/1,3,7	keks dia/1,3,7	piškótový rez/1,3,7
		Večera	Zapekané zemiaky so šunkou a syrom, cvikla 300g/100g/3,7	Zapekané zemiaky so šunkou a syrom, cvikla 300g/100g/3,7	Zapekané zemiaky so šunkou a syrom, cvikla 300g/100g/3,7
		II Večera		chlieb 50g, maslo, 20 g suchá saláma/1,3,7	
streda 7. október 2026	STREDA	Raňajky	Vianočka 120g, maslo, 1ks džem, kakao 0,2l/1,3,7	Vianočka-dia 120g, maslo, 1ks džem-dia, kakao 0,2l/1,3,7	Vianočka 120g, maslo, 1ks džem, kakao 0,2l/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka mrkvová s mrveničkou 0,3l, vypr. pangasius, zemiaková kaša 120g/200g/1,3,4,7	Polievka mrkvová s mrveničkou 0,3l, vypr. pangasius, zemiaková kaša 120g/200g/1,3,4,7	Polievka mrkvová s mrveničkou 0,3l, prírodný pangasius, zemiaková kaša 120g/200g/1,3,4,7
		Olovr.	puding/7	dia puding/7	puding/7
		Večera	Špenátové rizoto 300g/7	Špenátové rizoto 300g/7	Špenátové rizoto 300g/7
		II Večera		grah.rožok, maslo, 20g šunka/1,3,7	
štvrtok 8. október 2026	ŠTVRTOK	Raňajky	Čaj 0,2l, pečivo 2ks, párky 2ks, horčica/1,3,7	Čaj 0,2l, pečivo 2ks, párky 2ks, horčica/1,3,7	Čaj 0,2l, pečivo 2ks, párky 2ks, kečup/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka francúzska 0,3dcl, čevapčiči, zemiaky, horčica, cibuľa 120g/200g/20g/20g/1,3,10	Polievka francúzska 0,3dcl, čevapčiči, zemiaky, horčica, cibuľa 120g/200g/20g/20g/1,3,10	Polievka francúzska 0,3l, mletá placka, zemiaky, šalát 120g/200g/100g/1,3,7
		Olovr.	croisant/1,3,7	croisant/1,3,7	croisant/1,3,7
		Večera	Šošovicový prívarok, vajce, chlieb 300g/1ks/100g/1,3,7	Šošovicový prívarok, vajce, chlieb 300g/1ks/100g/1,3,7	Zeleninovo brokolicový nákyp 300g/3,7
		II Večera		50g chlieb, maslo/1,3,7	

piatok 9. október 2026	PIATOK	Raňajky	Chlieb 100g, vajíčková nátierka 50g, paradajka 50g, 0,2l čaj/1,3,7	Chlieb 100g, vajíčková nátierka 50g, paradajka 50g, 0,2l čaj/1,3,7	Chlieb 100g, vajíčková-bielko nátierka 50g, paradajka 50g, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka držková 0,3dcl, vypr. brokolica, zemiaky, tatárska omáčka 120g/200g/1ks/1,3,7	Polievka držková 0,3dcl, vypr. brokolica, zemiaky, tatárska omáčka 120g/200g/1ks/1,3,7	Polievka zeleninová 0,3dcl, zapekaná brokolica so zemiakmi 300g, šalát 100g/1,3,7
		Olovr.	termix/7	jogurt biely/7	termix/7
		Večera	Cestoviny s mletým mäsom a syrom 300g/1,3,7	Cestoviny s mletým mäsom a syrom 300g/1,3,7	Cestoviny s mletým mäsom a syrom 300g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb, paštéta/1,3,7	
sobota 10. október 2026	SOBOTA	Raňajky	100g chlieb, 50g šunková natierka, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g šunková natierka, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g šunková natierka, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka krupicová 3dcl, kuracie kúsky so šampionovou omáčkou, ryža, šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka krupicová 3dcl, kuracie kúsky so šampionovou omáčkou, ryža, šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka krupicová 3dcl, kuracie kúsky prírodné, ryža, šalát 120g/200g/100g/1,3,7
		Olovr.	šiška/1,3,7	detská výživa	detská výživa
		Večera	Hlivový perkelt, cestovina 150g/200g/1,3,7	Hlivový perkelt, cestovina 150g/200g/1,3,7	Zeleninový perkelt, cestovina 150g/200g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb, 20plátkový syr, maslo/1,3,7	
nedeľa 11. október 2026	NEDEĽA	Raňajky	Kakao 0,2l, tvarohový závin 120g/1,3,7	Kakao 0,2l, vianočka dia, maslo, džem dia 120g /1ks/1ks/1,3,7	Kakao 0,2l, tvarohový závin 120g/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka hovädzia 3dcl, vypr. kuracie stehno vykostené, zemiaky, šalát 120g/200g/120g/1,3,7	Polievka hovädzia 3dcl, vypr. kuracie stehno vykostené, zemiaky, šalát 120g/200g/120g/1,3,7	Polievka hovädzia 3dcl, príř. kuracie stehno vykostené, zemiaky, paradajka 120g/200g/120g/1,3
		Olovr.	perník/1,3,7	perník dia/1,3,7	perník/1,3,7
		Večera	100g chlieb, 20g maslo, 1ks syr troj., šunka 100g, paprika 50g/1,3,7	100g chlieb, 20g maslo, 1ks syr troj., šunka 100g, paprika 50g/1,3,7	100g chlieb, 20g maslo, 1ks syr troj., šunka 100g, paradajka 50g/1,3,
		II Večera		jogurt biely/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

