JEDÁLNY LÍSTOK od 09.11.2026 do 15.11.2026 č.46

Dát.	Deň		diéta č. 3 - racionálna	diéta č. 9 - diabetická	diéta č.4 - šetriaca
pondelok 9. november 2026	**PONDELOK**	**Raňajky**	100g chlieb, 50g vajíčková nátierka, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g vajíčková nátierka, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g syrová nátierka, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka kulajda desiatová 3dcl, ovocné pirohy s posýpkou 300g/1,3,7	Polievka kulajda desiatová 3dcl, kuracie kung pao, ryža 120g/200g/1,3,7	Polievka brokolicová-krémová 3dcl, ovocné pirohy s posýpkou 300g/1,3,7
		Olovr.	croisant 1ks/1,3,7	croisant 1ks dia/1,3,7	croisant 1ks/1,3,7
		Večera	Zeleninový nákyp s mletým mäsom 300g/3,7	Zeleninový nákyp s mletým mäsom 300g/3,7	Zeleninový nákyp s mletým mäsom 300g/3,7
		II. več.		50g chlieb, 20g šunka, 10g maslo/1,3,7	
utorok 10. novembra 2026	**UTOROK**	**Raňajky**	100g chlieb, maslo, 50g suchá saláma, paprika, 0,2l čaj/1,7	100g chlieb, maslo, 50g suchá saláma, paprika, 0,2l čaj/1,7	100g chlieb, maslo, 50g šunka, 0,2l čaj/1,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka hokaido 3dcl, bravčové dusené na hrášku, cestovina 120g/200g/1,3,7	Polievka hokaido 3dcl, bravčové dusené na hrášku, cestovina 120g/200g/1,3,7	Polievka hokaido 3dcl, bravčové dusené na hrášku, cestovina 120g/200g/1,3,7
		Olovr.	keks/1,3,7	keks dia/1,3,7	keks/1,3,7
		Večera	Zapekané zemiaky so slaninou, šunkou a syrom, uhorky 300g/100g/7,10	Zapekané zemiaky so slaninou, šunkou a syrom, uhorky 300g/100g/7,10	Zapekané zemiaky so šunkou a syrom, cvikla 300g/100g/7
		II več.		Grah. rožok, 30g nátierkové maslo/1,3,7	
streda 11. november 2026	**STREDA**	**Raňajky**	Lupačka 2ks, maslo, džem, kakao 0,2l/1,3,7	Graham pečivo 2ks, maslo, džem-dia, kakao dia 0,2l/1,3,7	Lupačka 2ks, maslo, džem, čaj 0,2l/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka vývar kurací 3dcl, bravčové výpečky, zemiaková kaša, šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka vývar kurací 3dcl, bravčové výpečky, zemiaková kaša, šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka vývar kurací 3dcl, bravčové soté, zemiaková kaša, šalát 120g/200g/100g/1,3,7
		Olovr.	termix 1ks/7	dia jogurt 1ks/7	termix 1ks/7
		Večera	Šunkové fliačky, uhorky 300g/100g/1,3,7	Šunkové fliačky, uhorky 300g/100g/1,3,7	Šunkové fliačky, cvikla 300g/100g/1,3,7
		II več.		50g chlieb, 20g maslo, 1ks tavený syr/1,3,7	

štvrtok 12. november 2026	**ŠTVRTOK**	**Raňajky**	Pečivo 2ks, šunková pena 50g, paprika 50g/1,3,7	Pečivo 2ks, šunková pena 50g, paprika 50g/1,3,7	Pečivo 2ks, šunková pena 50g, paprika 50g/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka frankfurtská 3dcl, pečené kuracie stehno, ryža, kompót 220g/200g/100g/1	Polievka frankfurtská 3dcl, pečené kuracie stehno, ryža, kompót 220g/200g/100g/1	Polievka frankfurtská diétna 3dcl, pečené kuracie stehno, ryža, kompót 220g/200g/100g/1
		Olovr.	keks/1,3,7	keks dia/1,3,7	kekss/1,3,7
		Večera	Sójové soté so zeleninou, penne 150g/200g/1,3,7	Sójové soté so zeleninou, penne 150g/200g/1,3,7	Sójové soté so zeleninou, penne 150g/200g/1,3,7
		II več.		50g chlieb, maslo, 20g šunka/1,3,7	
piatok 13. november 2026	**PIATOK**	**Raňajky**	100g chlieb, 20g,maslo, 50g diétna salama, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 20g maslo, 50g diétna saláma, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 20g,maslo, 50g diétna saláma, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka kapustová letná 3dcl, vyprážané filé, slovenský šalát 120g/200g/1,3,4,7	Polievka kapustová letná 3dcl, vyprážané filé, slovenský šalát 120g/200g/1,3,4,7	Polievka paradajková 3dcl, filé na masle, zemiaky, šalát 120g/200g/100g/1,4,7
		Olovr.	závin mix 1ks/1,3,7	závin mix 1ks/1,3,7	závin mix 1ks/1,3,7
		Večera	Furmanské halušky 300g/1,3,7	Furmanské cestoviny 300g/1,3,7	Cestoviny so zeleninou 300g/1,3,7
		II več.		50g chlieb, 20g maslo, 1ks tavený syr/1,3,7	
sobota 14. november 2026	**SOBOTA**	**Raňajky**	100g chlieb, 50g tuniaková nátierka, paradajka 50g, 0,2l káva/1,3,4,7	100g chlieb, 50g tuniaková nátierka, paradajka 50g, 0,2l káva/1,3,4,7	100g chlieb, 50g maslová nátierka, 50g paradajka,0,2l káva/1,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka krúpková 3dcl, mäsová guľka na kyslej kapuste, zemiaky 120g/150g/200g	Polievka krúpková 3dcl, mäsová guľka na kyslej kapuste, zemiaky 120g/150g/200g	Polievka krúpková 3dcl, mäsová guľka na pretlaku, zemiaky 120g/150g/200g
		Olovr.	perník 1ks/1,3,7	Dia -perník 1ks/1,3,7	perník 1ks/1,3,7
		Večera	Špenátové rizoto posypané syrom, uhorky 300g/100g/7,10	Špenátové rizoto posypané syrom, uhorky 300g/100g/7,10	Špenátové rizoto posypané syrom, cvikla 300g/100g/7
		II več.		grah.rožok, 30g nátierkové maslo/1,3,7	

nedeľa 15. november 2026	**NEDEĽA**	**Raňajky**	Kakao 0,2l, 1ks sladké pečivo, 20g maslo, 20g džem/1,3,7	Kakao 0,2l dia, 1ks dia pečivo, 20g maslo, 20g džem dia/1,3,7	Kakao 0,2l, 1ks sladké pečivo, 20g maslo, 20g džem/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka drobková 3dcl, kurací rezeň so sezamom, ryža, šalát mix 120g/200g/1,3,7,11	Polievka drobková 3dcl, kurací rezeň so sezamom, ryža, šalát mix 120g/200g/1,3,7,11	Polievka drobková 3dcl, prírodný kurací plátok, ryža, 100g paradajkový šalát 100g/200g/1,3,7,11
		Olovr.	keks/1,3,7	keks dia/1,3,7	keks/1,3,7
		Večera	100g chlieb, 1ks paštéta, 50g paradajka/1,3,7	100g chlieb, 1ks paštéta, 50g paradajka/1,3,7	100g chlieb, 1ks paštéta, 50g paradajka/1,3,7
		II več.		50g chlieb, maslo, 20g šunka/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