

JEDÁLNY LÍSTOK od 08.12.2025-14.12.2025 č:50

Dát.	Deň		diéta č. 3 - racionálna	diéta č. 9 - diabetická	diéta č.4 - šetriaca
pondelok 8. december 2025	PONDELOK	Raňajky	100g chlieb, 50g nivová nátierka, 50g uhorka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g nivová 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 šošovicová-desiatová 3dcl, dukátové buchtičky s vanilkovým krémom 300g/1,3,7	Polievka šošovicová-desiatová 3dcl, morčacie kúsky na zelenine, ryža, miešaný šalát 120/160/100/1,3,7	Polievka mrkvová 3dcl, dukátové buchtičky s vanilkovým krémom 300g/1,3,7
		Olovr.	napolitánka/1,3,7	dia -napolitanka 1,3,7	napolitánka/1,3,7
		Večera	Opekané zemiaky so šunkou, acidko 300g/0,2dcl/7	Opekané zemiaky so šunkou, acidko 300g/0,2dcl/7	Opekané zemiaky so šunkou, acidko 300g/0,2dcl/7
		II Večera		50g chlieb, acidofilné mlieko 1ks/1,3,7	
utorok 9. december 2025	UTOROK	Raňajky	2ks pečivo, maslo, 50g tuniak, paradajka, káva/1,3,4,7	2ks pečivo, maslo, 50g tuniak, paradajka, káva/1,3,4,7	2ks pečivo, maslo, 50g tuniak, paradajka, káva/1,3,4,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka špenátová 3dcl, bravčové dusené na hubách, tarhoňa, šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka špenátová 3dcl, bravčové dusené na hubách, tarhoňa, šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka špenátová 3dcl, bravčové dusené, tarhoňa, šalát 120g/200g/100g/1,3,7
		Olovr.	brumík/1,3,7	keks 1ks dia/1,3,7	brumík/1,3,7
		Večera	Šošovicový prívarok, vajce, chlieb 300g/1ks/100g/1,3,7	Šošovicový prívarok, vajce, chlieb 250g/1ks/100g/1,3,7	Zemiakový prívarok, vajce -bielko, chlieb 300g/1ks/100g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb, 30g nátierkové maslo/1,3,7	
streda 10. december 2025	STREDA	Raňajky	2ks lupačka, maslo 1ks, džem 1ks, mlieko 0,2l/1,3,7	2ks graham rožok, maslo 1ks, džem dia 1ks, mlieko 0,2l/1,3,7	2ks lupačka, maslo 1ks, džem 1ks, mlieko 0,2l/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		obed	Polievka drobková 3dcl, moravský vrabec, kapusta, zemiaky 100g/200g/160g/1,3,7	Polievka drobková 3dcl, moravský vrabec, kapusta, zemiaky 100g/200g/160g/1,3,7	Polievka drobková 0,3l, bravčové dusené na rasci, zemiaky, šalát 120g/200g/100g
		Olovr.	detská výživa 1ks	detská výživa 1ks-dia	detská výživa 1ks
		Večera	Zeleninové rizoto so syrom 300g/7	Zeleninové rizoto so syrom 300g/7	Zeleninové rizoto so syrom 300g/7
		II Večera		50g chlieb, 20g maslo, 1ks tavený syr/1,3,7	

štvrtok 11. december 2025	ŠTVRTOK	Raňajky	100g chlieb, maslo 1ks, salám 50g, 50g paprika, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, maslo 1ks, salám 50g, 50g paprika, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 30g maslová nátierka, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	banán	banán	banán
		Obed	Polievka krupicová 0,3l, hrachová kaša, údené varené, chlieb 250g/120g/100g/1,3,7	Polievka krupicová 0,3l, hrachová kaša, údené varené, chlieb 250g/120g/100g/1,3,7	Polievka krupicová 3dcl, bravčové dusené na zelenine, zemiaky 120g /160g/1,3,7
		Olovr.	perník/1,3,7	perník dia/1,3,7	brumik/1,3,7
		Večera	Zeleninová kocka 300g, cvikla 100g/3,7	Zeleninová kocka 300g, cvikla 100g/3,7	Zeleninová kocka 300g, cvikla 100g/3,7
		II Večera		50g chlieb, 1ks mini maslo, 20g saláma/1,3,7	
piatok 12. december 2025	PIATOK	Raňajky	Pečeňový syr 50g, kaiserka 2ks, 0,2l káva/1,3,7	Pečeňový syr 50g, kaiserka 2ks, 0,2l káva/1,3,7	Maslo 20g, syr, diétna saláma 50g, chlieb 100g, 0,2l káva/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka kelová s párkom 3dl, bryndzové halušky so smotanou a slaninkou 300g/1,3,7	Polievka kelová s párkom 3dl, bryndzové halušky so smotanou a slaninkou 300g/1,3,7	Polievka hračková 3dcl, kuracie dusené, zemiaková kaša, šalát 120g/200g/100g/7
		Olovr.	termix 1ks/7	jogurt 1ks dia/7	perník/1,3,7
		Večera	Kuracie rizoto so syrom 300g, uhorky 50g/7,10	Kuracie rizoto so syrom 300g, uhorky 50g/7,10	Kuracie rizoto so syrom 300g, cvikla 50g/7
		II Večera		Grah.rožok, 20g maslo, 1ks tavený syr/1,3,7	
sobota 13. december 2025	SOBOTA	Raňajky	100g chlieb, 50g vajíčková nátierka s pažitkou, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb 50g vajíčková nátierka s pažitkou, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g maslová nátierka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka tekvicová 3dcl, štefánska roláda, zemiaky, uhorky 120g/200g/100g/1,3,10	Polievka tekvicová 3dcl, štefánska roláda, zemiaky, uhorky 120g/200g/100g/1,3,10	Polievka tekvicová 3dcl, bravčový perkelt s pretlakom, zemiaky 120g/200g
		Olovr.	croissant cesnakový/1,3,7	croissant cesnakový/1,3,7	croissant/1,3,7
		Večera	Sampiónový perkelt, cestovina, 150g/200g/1,3,7	Sampiónový perkelt, cestovina, 150g/200g/1,3,7	Zeleninové soté, cestoviny 150g/200g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb, 30g nátierkové maslo/1,3,7	

nedeľa 14. december 2025	NEDEĽA	Raňajky	Kakao 0,2l, 120g vianočka, 20g maslo, 20g džem/1,3,7	Kakao 0,2l dia, 120g dia vianočka, 20g maslo, 20g džem dia/1,3,7	Kakao 0,2l, 120g vianočka, 20g maslo, 20g džem/1,3,7
		Desiata	banán	banán	banán
		Obed	Polievka slepačia 3dcl, vyprážaný kurací rezeň, ryža, šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka slepačia 3dcl, vyprážaný kurací rezeň, ryža, šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka slepačia 3dcl, kurací plátok na zelenine, ryža, šalát 120g/200g/100g/1,3,7
		Olovr.	puding/7	puding-dia/7	keks/1,3,7
		Večera	100g chlieb, 20g maslo, 1 ks syr troj., 100g šunková saláma, paradajka 50g/1,3,7	100g chlieb, 20g maslo, 1 ks syr troj., 100g šunková saláma, paradajka 50g/1,3,7,	100g chlieb, 20g maslo, 1ks syr troj., 100g šunková saláma, paradajka 50g/1,3,7
		II Večera		Grah.rožok, jogurt biely 1ks dia/1,3,7	

Váha mäsa v surovom stave je 120g

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

--	--	--

