

JEDÁLNY LÍSTOK od 10.02.2025 do 16.02.2025 č.07

Dát.	Deň		diéta č. 3 - racionálna	diéta č. 9 - diabetická	diéta č.4 - šetriaca
pondelok 10.02.2025	PONDELOK	Raňajky	100g chlieb, 50g bryndzová pena, 50g paprika, 0,2l čaj, /1,3,7	100g chlieb, 50g bryndzová pena, 50g paprika, 0,2l čaj, /1,3,7	100g chlieb, 50g maslová pena, 50g paradajka, 0,2l čaj, /1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka šošovicová desiatová 0,3dcl, palacinky s tvarohom a hrozienkami 3ks/1,3,7	Polievka šošovicová desiatová 0,3dcl, palacinky s tvarohom a hrozienkami 3ks/1,3,7	Polievka zemiaková číra 0,3dcl, palacinky s tvarohom a hrozienkami 3ks/1,3,7
		Olovrán	Detská výživa 1ks	Detská výživa 1ks	Detská výživa 1ks
		Večera	Bravčové rizoto so syrom 300g, uhorky 100g/7	Bravčové rizoto so syrom 300g, uhorky 100g/7	Bravčové rizoto so syrom 300g, cvikla 100g/7
		II Večera			
utorok 11.02.2025	UTOROK	Raňajky	Pečivo 2ks, 100 g vlašský šalát, 0,2l čaj/1,3,7	Pečivo 2ks, 100 g vlašský šalát, 0,2l čaj/1,3,7	Pečivo 2ks, 50g diétna saláma, 2ks mini maslo, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka cicerová 0,3dcl, španielský vtáčik na plechu /kúsky/ 120g, zemiaky 200g/1,3	Polievka cicerová 0,3dcl, španielský vtáčik na plechu /kúsky/120g, zemiaky 200g/1,3	Polievka zeleninová 0,3dcl, bravčové kúsky na plechu 120g, zemiaky 200g/1,3
		Olovrán	keks 1,3,7	keks 1,3,7	keks 1,3,7
		Večera	Špenát, varené zemiaky, vajce 200g/200g/1ks/1,3,7	Špenát, varené zemiaky, vajce 200g/200g/1ks/1,3,7	Špenát, varené zemiaky, vajce 200g/200g/1ks/1,3,7
		II Večera			
streda 12. február 2025	STREDA	Raňajky	Kakao, čaj 0,2l, 120g vianočka, 1ks mini maslo, 1ks mini džem/1,3,7	Kakao, čaj 0,2l, 2ks vianočka dia, 1ks mini maslo, 1ks mini džem-dia/1,3,7	Kakao,čaj 0,2l, 120g vianočka, 1ks mini maslo, 1ks mini džem /1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka hlivová-3dcl, bravčové pečené kúsky, zemiaky, šalát 120g/200/100g/1	Polievka hlivová-3dcl, bravčové pečené kúsky, zemiaky, šalát 120g/200/100g/1	Polievka mrkvová -3dcl, rybie filé na masle, zemiaky 120g/200g/4
		Olovrán	jogurt 7	jogurt dia 7	jogurt 7
		Večera	Granadiersky pochod so slaninou 300g, uhorky 100g/1,3,7	Granadiersky pochod so slaninou 300g, uhorky 100g/1,3,7	Granadiersky pochod -bez cibule 300g, cvikla 100g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb, 20g šunka, 10g maslo/1,3,7	

štvrtok 13. február 2025	ŠTVRTOK	Raňajky	100g chlieb, 50g nátierka pažitková, 0,2l čaj, 50g paradajka/1,3,7	100g chlieb, 50g nátierka pažitková, 0,2l čaj, 50g paradajka/1,3,7	100g chlieb, 50g nátierka maslová, 0,2l čaj, 50g paradajka/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka francúzska 0,3dcl, šošovicový prívarok, sekaná, chlieb 200g/120g/100g/1,3,7	Polievka francúzska 0,3dcl, šošovicový prívarok, sekaná, chlieb 200g/120g/100g/1,3,7	Polievka francúzska 0,3dcl, zemiakový prívarok, sekaná, chlieb 200g/120g/100g/1,3,7
		Olovrant	perník 1,3,7	perník dia 1,3,7	perník 1,3,7
		Večera	Rrezance na čínsky spôsob s wok zeleninou a kuracím mäsom 300g/1,3,7	Rezance na čínsky spôsob s wok zeleninou a kuracím mäsom 300g/1,3,7	Rezance na čínsky spôsob s wok zeleninou a kuracím mäsom 300g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb, 1ks mini maslo, 20g diétna saláma/1,3,7	
piatok 14. február 2025	piatok		2ks kaiserka, diétna saláma 50g, maslo, horčica, čaj 0,2dcl, 30g/1,3,7	2ks kaiserka, diétna saláma 50g, maslo, horčica, čaj 0,2dcl, 30g/1,3,7	2ks kaiserka, diétna saláma 50g, maslo, kečup, čaj 0,2dcl, čaj 30g/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka kelová -3dcl, vypr.filé, zemiaková kaša 120g/200g/1,3,4,7	Polievka kelová -3dcl, vypr.filé, zemiaková kaša 120g/200g/1,3,4,7	Polievka hrášková -3dcl, zapekané filé so syrom a smotanou, zemiaky, 120g/200g/1,3,4,7
		Olovrant	croisant 1ks/1,3,7	dia croisant 1ks/1,3,7	croisant 1,3,7
		Večera	Cestoviny s vajíčkom a slaninkou 300g, 100g uhorky/1,3,7	Cestoviny s vajíčkom a slaninkou 250g, 100g uhorky/1,3,7	Cestoviny s bielkom a šunkou 300g, 100g cvikla/1,3,7
II Večera		50g chlieb, 20g maslo, 20g plátkový syr/1,3,7			
sobota 15. február 2025	SOBOTA	Raňajky	Pečeňový syr 100g, 100g chlieb, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	Pečeňový syr 100g, 100g chlieb, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	Šunka 50g, maslo 1ks, 100g chlieb, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka paradajková 0,3dcl, koložvárska kapusta, zemiaky 150g/200g/1,7	Polievka paradajková 0,3dcl, koložvárska kapusta, zemiaky 150g/200g/1,7	Polievka paradajková 0,3dcl, placky z mletého mäsa, zemiaky, šalát 150g/200g /100g/1,3,7
		Olovrant	pagáčik 1ks	pagáčik 1ks	detská výživa 1ks
		Večera	Šúľance so strúhankou, kompót 300g/1,3,7	Šúľance so strúhankou, kompót 300g/1,3,7	Šúľance so strúhankou, kompót 300g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb, 1ks mini maslo, 20g suchá saláma/1,3,7	

nedeľa 16. február 2025	NEDEĽA	<b>Raňajky</b>	0,2lčaj, biela káva, lupačka, maslo 1ks, džem 1ks /1,3,7	0,2lčaj, biela káva, lupačka -dia, maslo 1ks, džem 1ks-dia/1,3,7	0,2l čaj, biela káva, lupačka, maslo 1ks, džem 1ks/1,3,7
		<b>Desiata</b>	ovocie	ovocie	ovocie
		<b>Obed</b>	Polievka hovädzí vývar-3dcl, bravčový rezeň, slovenský šalát - 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka hovädzí vývar-3dcl, bravčový rezeň, slovenský šalát-120g/200g/100g/1,3,7	Polievka hovädzí vývar-3dcl, prírodný bravčový plátok, zemiaky s vňaťkou, paradajkový šalát- 120g/200g/100g/1,3,7
		<b>Olovrán</b>	puding /,7	dia puding 1ks/,7	puding 7
		<b>Večera</b>	Chlieb 100g, 20g maslo, 1ks troj.syr, 100g saláma, paradajka50g/1,3,	Chlieb 100g, 20g maslo, 1ks troj.syr, 100g saláma, paradajka50g/1,3,7	Chlieb 100g, 20g maslo, 1ks troj.syr, 100g dietna saláma, paradajka50g/1,3,7
		<b>II Večera</b>		Chlieb 50g, biely jogurt 1ks/1,3,7	

Váha mäsa v surovom stave je 100g



