

JEDÁLNY LÍSTOK od 17.02.2025 do 23.02.2025 c 08

Dát.	Deň		diéta č. 3 - racionálna	diéta č. 9 - diabetická	diéta č.4 - šetriaca
pondelok, 17.02.2025	PONDELOK	Raňajky	100g chlieb, šunkovo syrová nátierka 50g, paradajka/1,3,7	100g chlieb, šunkovo syrová nátierka 50g, paradajka/1,3,7	100g chlieb, šunkovo syrová nátierka 50g, paradajka/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka kapustová s údeninou desiatová 0,30dcl, chlieb, parené buchty s lekvárom a posýpkou 3ks/1,3,7	Polievka kapustová s údeninou -desiatová 0,30dcl, chlieb, kurací plátok so sušenou paradajkou, ryža, šalát	Polievka zeleninová 0,30dcl, chlieb, kurací plátok so sušenou paradajkou, ryža, šalát 120g/200g/100g/1
		Olovr.	termix 1ks/7	jogurt 1ks dia/7	keks
		Večera	Zemiakový prívarok, párky 2ks, chlieb 300g/1ks /100g/1,3,7	Zemiakový prívarok, párky 2ks, chlieb 300g/1ks /100g/1,3,7	Zemiakový prívarok, párky 2ks, chlieb 300g/1ks /100g/1,3,7
		II. več.		50g chlieb, 10g maslo/1,3,7	
utorok 18. február 2025	UTOROK	Raňajky	Pečivo 2ks, 50g polosuchá saláma, maslo 1ks, paradajka 50g/1,7	Pečivo 2ks, 50g polosuchá saláma, maslo 1ks, paradajka 50g/1,7	Pečivo 2ks, 50g dietna saláma, maslo 1ks, paradajka 50g/1,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka frankfurtská 3dcl, znojenské plátky, cestoviny, šalát -120g/200g/1,3,7	Polievka frankfurtská 3dcl, znojenské plátky, cestoviny, šalát -120g/200g/1,3,7	Polievka vložková 3dcl, bravčové plátky na prírodno, cestoviny, šalát - 120g/200g/100g/1,3,
		Olovr.	brumík 1,3,7	keks -dia 1,3,7	brumík 1,3,7
		Večera	Mäsová baba, zemiaky, uhorky 120g/200g/100g/3, 7	Mäsová baba, zemiaky, uhorky 120g/200g/100g/3, 7	Mäsová baba, zemiaky, cvikla 120g/200g/100g/3, 7
		II več.		50g chlieb, 30g nátierkové maslo/1,3,7	
streda, 19.02.2025	STREDA	Raňajky	Čaj, kakao 0,2l, lupačka, 20g maslo, 20g džem/1,3,7	Kakao, čaj 0,2l, 2ks grah. rožok, 1ks mini maslo, 1ks syr, 50g šunka,/1,3,7	Čaj, kakao 0,2l, lupačka 1ks, 20g maslo, 20g džem/1,3,
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka zelerová -3dcl, mexický guláš, knedľa -120g,200g/160g/1,3,7,9	Polievka zelerová -3dcl, mexický guláš, knedľa -120g,200g/160g/1,3,7,9	Polievka mrkvová zo zemiakmi -3dcl, brav. dusené na rasci, zemiaky, šalát - 120g/200g/100g
		Olovr.	pagáčik 1,3,7	pagáčik 1,3,7	piškotový rez 1ks/1,3,
		Večera	Cestoviny so šampionovou omáčkou a kuracím mäsom 300g/1,3,7	Cestoviny so šampionovou omáčkou a kuracím mäsom 300g/1,3,7	Cestoviny so zeleninovou omáčkou a kuracím mäsom 300g/1,3,7
		II. več.		50g chlieb, 20g maslo, 20g plátkový syr/1,3,7	

štvrtok 20. február 2025	ŠTVRTOK	Raňajky	Sardinková nátierka 50g, chlieb 100g, paprika 50g/1,3,7,4	Sardinková nátierka 50g, chlieb 100g, paprika 50g/1,3,7,4	Maslo 1 ks, šunka 50g, chlieb 100g, paradajka 50g/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka hlivová 3dcl, kurací plátok na cigánsky spôsob, zemiaky, šalát - 120g/160g/100g/1,3,7	Polievka hlivová 3dcl, kurací plátok na cigánsky spôsob, zemiaky, šalát - 120g/160g/100g/1,3,7	Polievka zemiaková číra 3dcl, kuracie prírodné na lúskoch, ryža, šalát - 120g/200g/100g/1,3,
		Olovr.	perník 1,3,7	perník dia 1,3,7	perník 1,3,7
		Večera	Zeleninový nákyp 300g, cvikla 100g/3,7	Zeleninový nákyp 300g, cvikla 100g/3,7	Zealeninový nákyp 300g, cvikla 100g/3,7
		II. več.		50g chlieb, 1ks mini maslo, 20g šunka/1,3,7	
piatok, 21.02.2025	PIATOK	Raňajky	100g chlieb, 50g cenaková nátierka s bylinkami, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,7	100g chlieb, 50g cenaková nátierka s bylinkami, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,7	100g chlieb, 50g maslová nátierka, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka šampiónová krémová 0,30dcl, zeleninové fašírky, zemiaky, tatárska omáčka 150g/200g/1ks/1,3,7	Polievka šampiónová krémová 0,30dcl, zeleninové fašírky, zemiaky, tatárska omáčka 150g/200g/1ks/1,3,7	Polievka paradajková -3dcl, kuracie stehno parené na rasci, šťuchané zemiaky, šalát -220g/160g/100g/1,3,
		Olovr.	keks 1,3,7	keks 1,3,7	keks 1,3,7
		Večera	Lečo s klobáskou, zemiaky 150g /200g/1,3,	Lečo s klobáskou, zemiaky 150g /200g/1,3,	Dusená zelenina, zemiaky, bielko 1ks 150g/200g/3
		II. več.		50g chlieb, 1ks pašteta/1,3,7	
sobota, 22.02.2025	SOBOTA	Raňajky	100g chlieb, 100g párky 2ks, horčica, 0,2lčaj/,1,3,7	100g chlieb, 100g párky 2ks, horčica, 0,2lčaj/,1,3,7	100g chlieb, 100g párky 2ks, kečup, 0,2lčaj/,1,3,
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka mrkvová -3dcl, mäsová roláda v paradajkovej omáčke, zemiaky 120g/200g/1,3,7	Polievka mrkvová -3dcl, masová roláda paradajkovej omáčke, zemiaky 120g/200g/1,3,7	Polievka mrkvová -3dcl, brav. mletý rezeň, zemiaky, šalát-120g/200g/50g/1,3,
		Olovr.	puding čokolada 7	puding dia	brumík
		Večera	Krupicové rezance, kompót 300g/50g/1,3,7	Krupicové rezance, kompót 300g/50g/1,3,7	Krupicové rezance, kompót 300g/50g/1,3,
		II. več.		50g chlieb, 30g nátierkové maslo/1,3,7	

nedeľa, 23.02.2025	NEDEĽA	Raňajky	Čaj, kakao 0,2l, 120g tvarohový závin/1,3,7	Čaj, kakao 0,2l dia, 120g dia vianočka, 20g maslo, 20g džem dia/1,3,7	Čaj, kakao 0,2l, 120g tvarohový závin /1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka slepačia -3dcl, vypr. Kuracie prsia v cornflex, ryža, šalát - 120g/200g/1,3,7	Polievka slepačia -3dcl, vypr. Kuracie prsia v cornflex, ryža, šalát - 120g/200g/1,3,7	Polievka slepačia -3dcl, dus. kuracie prsia so šunkou a syrom, zemiaky, šalát 120g/200g/ 120g/1,3
		Olovr.	ovocný jogurt 1ks/,7	biely jogurt 1ks/,7	jogurt ovocný 7
		Večera	100g chlieb, 20g maslo 1ks, 100g šunková saláma, paradajka 50g/1,3,7	100g chlieb, 20g maslo 1ks, 100g šunková saláma, paradajka 50g/1,3,7	100g chlieb, 20g maslo 1ks, 100g šunková saláma, paradajka 50g/1,3,7
		II. več.		chlieb 50g, 20g suchý salám, 1ks maslo/1,3,7	

Váha mäsa v surovom stave je 100g

