

JEDÁLNY LÍSTOK od 24.02.2025 do 02.03.2025 č 09

Dát.	Deň		diéta č. 3 - racionálna	diéta č. 9 - diabetická	diéta č.4 - šetriaca
pondelok 24.02.2025	PONDELOK	Raňajky	2ks chlieb, 50gšunková pena, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	2ks chlieb, 50gšunková pena, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	2ks chlieb, 50gšunková pena, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka fazuľovica desiatová 0,3l, chlieb, šúľance s makom a lekvárom 300g/1,3,7	Polievka fazuľovica desiatová 0,3l, chlieb, kuracie kúsky na lúskoch, ryža, šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka cuketová jarná 0,3l, chlieb, kuracie kúsky na lúskoch,ryža, šalát 120g/200g/100g
		Olovr.	závin rôzne/1ks/	závin rôzne /1ks/	závin rôzne /1ks/
		Večera	Opekaná dietna saláma, zemiaky, cvikla 150g/200g/100g	Opekaná dietna saláma, zemiaky, cvikla 150g/200g/100g	Opekaná dietna saláma, zemiaky, cvikla 150g/200g/100g
		II. več.		50g chlieb, 20g šunka, 10g maslo/1,3,7	
utorok 25. február 2025	UTOROK	Raňajky	Pečivo, saláma 50g, maslo 1ks, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	Pečivo, saláma 50g, maslo 1ks, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	Pečivo, saláma 50g, maslo 1ks, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka karotková 0,3l, morčacia živánska na plechu, zemiaky, šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka karotková 0,3l, morčacia živánska na plechu, zemiaky, šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka karotková 3dcl, morčací plátok na rasci, zemiaky, ľadový šalát 100g/200g/100g/1,3,7
		Olovr.	perník 1,3,7	perník dia 1,3,7	perník 1,3,7
		Večera	Tekvicový prívarok, vajce varené, chlieb 300g/1ks/100g/1,3,7	Tekvicový prívarok, vajce varené, chlieb 300g/1ks/100g/1,3,7	Tekvicový prívarok, vajce varené, chlieb 300g/1ks/100g/1,3,7
		II. več.		50g chlieb, 30g nátierkové maslo/1,3,7	
streda 26. február 2025	STREDA	Raňajky	Kakao, čaj 0,2l, 120g vianočka, 1ks mini maslo, 1ks mini džem/1,3,7	Kakao, čaj 0,2l, dia-vianočka, 1ks mini maslo, 1ks dia mini džem/1,3,7	Kakao, čaj 0,2l, 120g vianočka, 1ks mini maslo, 1ks mini džem/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka zeleninová 3dcl, sviečková na smotane-hovädzia, knedľa, 120g mäso, 200g šťava/1,3,7	Polievka zeleninová 3dcl, sviečková na smotane-hovädzia, zemiaky, 120g mäso, 200g šťava1,3,7	polievka zeleninová 3dcl, sviečková na smotane-hovädzia, zemiaky,120g mäso, 200g šťava1,3,7
		Olovr.	piškótový rez/1,3,7	piškótový rez/1,3,7	piškótový rez/1,3,7
		Večera	Hríbové rizoto s kuracím mäsom/300g	Hríbové rizoto s kuracím mäsom/300g	Zeleninové rizoto s kuracím mäsom/300g
		II. več.		50g chlieb, 20g maslo, 1ks tavený syr/1,3,7	

štvrtok 27.02.2025	ŠTVRTOK	Raňajky	100g chlieb, 50g diétna saláma, 2ks mini maslo, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g diétna saláma, 2ks mini maslo, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g diétna saláma, 2ks mini maslo, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka paradajková 3dcl, pečené kuracie stehno ala kačka, kapusta, zemiaky 220g/200g/200g/1	Polievka paradajková 3dcl, pečené kuracie stehno ala kačka, kapusta, zemiaky 220g/200g/200g/1	Polievka paradajková 3dcl, pečené kuracie stehno, zemiaky, šalát 220g/200g/100g/1
		Olovr.	keks/1,3,7	keks dia/1,3,7	keks/1,3,7
		Večera	Cestoviny s vajíčkom a slaninkou, uhorky 300g /100g/1,3,7	Cestoviny s vajíčkom a slaninkou, uhorky 300g /100g/1,3,7	Cestoviny s vajíčkom bielko a šunka, cvikla 300g /100g/1,3,7
		II. več.		50g chlieb, 1ks mini maslo, 20g šunka/1,3,7	
piatok 28. február 2025	PIATOK	Raňajky	Rybacia nátierka 50g, 100g chlieb, 50g cibuľka, 0,2l čaj/1,3,7	Rybacia nátierka 50g, 100g chlieb, 50g cibuľka, 0,2l čaj/1,3,7	Rybacia nátierka 50g, 100g chlieb, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka držková 0,3l, chlieb, vypr. karfiol, zemiaky, tat. omáčka 150g/200g/1ks/1,3,7	Polievka držková 0,3l, chlieb, vypr. karfiol, zemiaky, tat. omáčka 150g/200g/1ks/1,3,7	Polievka pórková 0,3l, kuracie soté, ryža, šalát 120g/200g/100g/1
		Olovr.	croissant 1ks/1,3,7	croissant dia 1ks /1,3,7	piškotový rez 1ks/1,3,7
		Večera	Ryžová kaša s posýpkou 300g/7	Ryžová kaša s posýpkou 300g/7	Ryžová kaša s posýpkou 300g/7
		II. več.		50g chlieb, 20g maslo, 1ks tavený syr/1,3,7	
sobota 1. marec 2025	SOBOTA	Raňajky	2ks chlieb, párok, horčica, čaj 0,2dcl /1pár/30g/1,3,7	2ks chlieb, párok, horčica, čaj 0,2dcl/1pár/30g/1,3,7	2ks chlieb, párok, kečup, čaj 0,2dcl/1pár/30g/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka guľášová 3dcl, zemiakový prívarok, hydinová fašírka, chlieb 250g/120g/150g/1,3,7	Polievka guľášová 3dcl, zemiakový prívarok, hydinová fašírka, chlieb 250g/120g/150g/1,3,7	Polievka guľášová diétna 3dcl, zemiakový prívarok, hydinová fašírka, chlieb 250g/120g/150g/1,3,7
		Olovr.	cesnakový uzol	croissant dia 1ks/1,3,7	cesnakový uzol
		Večera	Zeleninový koláč so syrom 300g/3,7	Zeleninový koláč so syrom 300g/3,7	Zeleninový koláč so syrom 300g/3,7
		II. več.		50g chlieb ražný, 30g nátierkové maslo/1,3,7	

nedeľa 02.03.2025	NEDEĽA	<b>Raňajky</b>	čaj 0,2l, 2ks sladky rožok, maslo, med 1ks /1,3,7	čaj 0,2l, dia-2ks graham rožok, maslo, džem dia /1,3,7	čaj 0,2l, 2ks sladky rožok, maslo, med 1ks /1,3,7
		<b>Desiata</b>	ovocie	ovocie	ovocie
		<b>Obed</b>	Polievka hovädzí vývar 3dcl, plnený prírodný bravčový rezeň, ryža s hráškom, šalát 120g/200g/120g/1,3,7	Polievka hovädzí vývar 3dcl, plnený prírodný rezeň, ryža s hráškom, šalát 120g/200g/120g/1,3,7	Polievka hovädzí vývar 3dcl, plnený prírodný bravčový rezeň, ryža s hráškom, šalát 120g/200g/120g/1,3,7
		<b>Olovr.</b>	biely jogurt 1ks/7	biely jogurt 1ks/7	biely jogurt 1ks/7
		<b>Večera</b>	100g chlieb, 20g maslo, 1ks troj.syr, 100g dietna šunka, paradajka 50g/1,3,7	100g chlieb, 20g maslo, 1ks troj.syr, 100g dietna.šunka, paradajka 50g/1,3,7	100g chlieb, 20g maslo, 1ks troj.syr, 100g dietna.šunka, paradajka 50g/1,3,7
		<b>II. več.</b>		chlieb 50g, biely jogurt 1ks/1,3,7	

Váha mäsa v surovom stave je 100g



