

JEDÁLNY LÍSTOK od 02.03.2026 do 08.03.2026 č.10

Dát.	Deň		diéta č. 3 - racionálna	diéta č. 9 - diabetická	diéta č.4 - šetriaca
pondelok 2. marec 2026	PONDELOK	Raňajky	100g chlieb, 1ks pašteková nátierka, paprika, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 1ks pašteková nátierka, paprika, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g šunka, maslo, 50g paradajka, 0,2l čaj/1,3
		Desiata	OVOCIE	OVOCIE	OVOCIE
		Obed	Polievka staročeská bramboračka 3dcl, ovocné guľky s posýpkou 300g/1,3,7	Polievka staročeská bramboračka 3dcl, bravčové dusené vo vlastnej šťave, cestovina, šalát 100g/200g/100g/1,3,7	Polievka zemiaková krémová 3dcl, ovocné guľky s posýpkou 300g/1,3,7
		Olovr.	croisant/1,3,7	croisant/1,3,7	croisant/1,3,7
		Večera	Strapačky so slaninkou 300g, uhorky 50g/1,3,7,10	Grahamové cestoviny s kapustou a slaninkou 300g, uhorky 50g/1,3,7,10	Cestoviny s vajíčkom bielko 300g, cvikla 100g/1,3,7
		II Večera		Grah. rožok, troj syr 1ks/1,3,7	
utorok 3. marec 2026	UTOROK	Raňajky	Pečivo 2ks, maslo, 50g suchý salám, paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	Pečivo 2ks, maslo, 50g suchý salám, paradajka, 0,2l čaj/1,3,7	Pečivo 2ks, maslo, 50g dietna salám, paradajka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	OVOCIE	OVOCIE	OVOCIE
		Obed	Polievka fazuľová 3dcl, kuracie nugetky, zemiaková kaša, miešaný šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka fazuľová 3dcl, kuracie nugetky, zemiaková kaša, miešaný šalát 120g/200g/100g/1,3,7	Polievka mrkvová 3dcl, kuracie kúsky, zemiaková kaša, paradajkový šalát 120g/200g/100g/1,3
		Olovr.	jogurt ovocný 1ks/7	jogurt-dia 1ks/7	jogurt ovocný 1ks/7
		Večera	Zeleninové rizoto so syrom, uhorky 300g/100g/7,10	Zeleninové rizoto so syrom, uhorky 300g/100g/7,10	Zeleninové rizoto so syrom, uhorky 300g/100g/7,10
		II Večera		50g chlieb, 30g nátierkové maslo/1,3,7	
streda 4. marec 2026	STREDA	Raňajky	100g chlieb, 50g syrová natierka, 50g red'kovka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g syrová natierka, 50g red'kovka, 0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb, 50g syrová natierka, 50g red'kovka, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	OVOCIE	OVOCIE	OVOCIE
		Obed	Polievka držková 0,3l, šošovicový prívarok, sekaná, chlieb 300g/120g/100g/1	Polievka držková 0,3l, šošovicový prívarok, sekaná, chlieb 300g/120g/100g/1	Polievka zeleninová s mrveničkou, zemiakový prívarok, sekaná, chlieb 300g/120g/100g/1,3,7
		Olovr.	šiška 1ks/1,3,7	šiška dia 1ks/1,3,7	šiška 1ks/1,3,7
		Večera	Cestoviny all arabiatta 300g/1,3,7	Cestoviny all arabiatta 300g/1,3,7	Cestoviny all arabiatta 300g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb, 20g maslo, 1ks tavený syr/1,3,7	

štvrtok 5. marec 2026	ŠTVRTOK	Raňajky	Čaj 0,2l, pečivo 2ks, sekaná 50g, 20g horčica/1,3,7	Čaj 0,2l, pečivo 2ks, sekaná 50g, 20g horčica/1,3,7	Čaj 0,2l, pečivo 2ks, diétna saláma 50g, kečup/1,3
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka zeleninová s mrveničkou 0,3l, segedínsky guláš, knedľa 120g/160g/100g/1,3,7	Polievka zeleninová s mrveničkou 0,3l, segedínsky guláš, knedľa 120g/160g/100g/1,3,7	Polievka zeleninová 3dcl, 100g bravčové na paradajkách, zemiaky, ľadový šalát 120g/200g/1,3,7
		Olovr.	keks/1,3,7	keks/1,3,7	keks/1,3,7
		Večera	Zeleninový nákyp 300g/3,7	Zeleninový nákyp 300g/3,7	Zeleninový nákyp 300g/3,7
		II Večera		50g chlieb, 1ks mini maslo, 20g saláma/1,3,7	
piatok 6. marec 2026	PIATOK	Raňajky	Tvarohový závin 120g, 0,2l káva/1,3,7	Graham pečivo 2ks, maslo, dia džem, 0,2l káva/1,3,7	Tvarohový závin 120g, 0,2l káva/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka paradajková 0,3l, rybacia fašírka so zeleninou, pučené zemiaky, šalát 120g/200g/100g/1,3,4,7	Polievka paradajková 0,3l, rybacia fašírka so zeleninou, pučené zemiaky, šalát 120g/200g/100g/1,3,4,7	Polievka paradajková 0,3l, cuketa posypaná strúhankou a zapečená v rúre, zemiaky, šalát 120g/200g/100g/
		Olovr.	termix 1ks/1,3,7	jogurt dia 1ks/1,3,7	termix 1ks/1,3,7
		Večera	Gazdovské zemiaky, čalamáda 300g/100g	Gazdovské zemiaky, čalamáda 300g/100g	Zapekané zemiaky so šunkou, cvikla 300g/50g/3,7
		II Večera		Grah. rožok, 20g maslo, 1ks tavený syr/1,3,7	
sobota 7. marec 2026	SOBOTA	Raňajky	100g chlieb, 100g treska, 0,2l čaj/1,3,7,4	100g chlieb, 100g treska, 0,2l čaj/1,3,7,4	100g chlieb, 50g maslová nátierka, reďkovka 50g, 0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka šošovicová 3dcl, klopsy v paradajkovej omáčke, zemiaky 120g/200g/200g/1,3,7	Polievka šošovicová 3dcl, klopsy v paradajkovej omáčke, zemiaky 120g/200g/200g/1,3,7	Polievka rascová s vajíčkom 3dcl, klopsy v paradajkovej omáčke, zemiaky 120g/200g/200g/1,3,7
		Olovr.	perník 1ks/1,3,7	perník dia 1ks/1,3,7	perník 1ks/1,3,7
		Večera	Falošný guláš, chlieb 300g/100g/1,3,7	Falošný guláš, chlieb 300g/100g/1,3,7	Falošný guláš-diétny, chlieb 300g/100g/1
		II Večera		50g chlieb, 30g nátierkové maslo/1,3,7	

nedeľa 8. marec 2026	NEDEĽA	Raňajky	Kakao 0,2l, 120g závin mix/1,3,7	Kakao dia 0,2l, 120g dia vianočka, 20g maslo, 20g džem dia/1,3,7	Kakao 0,2l, 120g závin mix/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Polievka hovädzia -3dcl, vyprážaný rezeň v sezame, ryža, kompót 120g/200g/100g/1,3,7,11	Polievka hovädzia -3dcl, vyprážaný rezeň v sezame, ryža, kompót 120/200g/100g/1,3,7,11	Polievka hovädzia -3dcl, prírodný bravčový rezeň, ryža, kompót 120g/200g/100g/1,3,7
		Olovr.	keks 1ks/1,3,7	keks 1ks/1,3,7	keks 1ks/1,3,7
		Večera	100g chlieb, 20g maslo, 1ks syr troj., 100g debrecínka pečienka, paradajka 50g/1,3,7	100g chlieb, 20g maslo, 1ks syr troj., 100g debrecínka pečienka, paradajka 50g/1,3,7	100g chlieb, 20g maslo, 1ks syr troj., 100g debrecínka pečienka, paradajka 50g/1,3,7
		II Večera		Grah. rožok, jogurt biely 1ks/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

