

JEDÁLNY LÍSTOK HESTIA n.o. 46. TÝŽDEŇ

Dátum		Dieta č.2/5 Šetriaca	Diéta č.3 Racionálna	Diéta č.8 Redukčná	Diéta č.9 Diabetická
Pondelok 13.11.2023	Raňajky	Bábovka, ovocný čaj (1,3,7)	Bábovka, Caro (1,3,7)	Dia vianočka, Caro (1,3,7)	Dia vianočka, Caro (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Zemiaková polievka (1), 100g Kuracie prsia so šunkou a syrom, ryža, šalát (1,7)	0,33l Sampiňónová polievka so zemiakmi (1), 100g Kuracie prsia so šunkou a syrom, ryža, šalát (1,7)	0,33l Sampiňónová polievka so zemiakmi (1), 100g Kuracie prsia so šunkou a syrom, šalát (1,7)	0,33l Sampiňónová polievka so zemiakmi (1), 100g Kuracie prsia so šunkou a syrom, ryža, šalát (1,7)
	Olovrant	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocný jogurt (7)	Ovocný jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Brokolicový nákyp (1,3,7)	250g Brokolicový nákyp (1,3,7)	250g Brokolicový nákyp (1,3,7)	250g Brokolicový nákyp (1,3,7)
	II. večera				Chlieb s paštetou (1,3)
Utorok 14.11.2023	Raňajky	Sendvič s nátierkovým maslom , ovocný čaj (1,7)	Pečeňová nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3)	Pečeňová nátierka, knäckebrat, ovocný čaj (1,3)	Pečeňová nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Karfiolová polievka (1,7), 100g Bravčové bratislavské, kolienka (1,3,7)	0,33l Karfiolová polievka (1,7), 100g Bravčové bratislavské, kolienka (1,3,7)	0,33l Karfiolová polievka (1,7), 100g Bravčové bratislavské, ryža (1,3,7)	0,33l Karfiolová polievka (1,7), 100g Bravčové bratislavské, kolienka (1,3,7)
	Olovrant	Slané pečivo (1)	Slané pečivo (1)	Celozrnné sucháre (1)	Slané pečivo (1)
	Večera	250g Jablkové pité (1,3,7)	250g Jablkové pité (1,3,7)	250g Dia jablková štrúdľa (1,3,7)	250g Dia jablková štrúdľa (1,3,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Streda 15.11.2023	Raňajky	Obložený biely rohlík, šípkový čaj (1,3,7)	Obložená grahamová žemľa, šípkový čaj (1,3,7)	Obložený tanier, šípkový čaj (3,7)	Obložená grahamová žemľa, šípkový čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Lúsková polievka (7), 100g Pangasius na prírodno, mrkvovo-zemiaková kaša (1,3,4,7)	0,33l Fazuľová polievka s klobásou (1), 100g Pangasius v cestíčku, mrkvovo-zemiaková kaša (1,3,4,7)	0,33l Fazuľová polievka s klobásou (1), 100g Pangasius na prírodno, šalát (4)	0,33l Fazuľová polievka s klobásou (1), 100g Pangasius v cestíčku, mrkvovo-zemiaková kaša (1,3,4,7)
	Olovrant	Puding (7)	Puding (7)	Dia puding (7)	Dia puding (7)
	Večera	250g Šunkové fľačky, kyslá uhorka (1,3,7)	250g Šunkové fľačky, kyslá uhorka (1,3,7)	250g Šunkové fľačky, kyslá uhorka (1,3,7)	250g Šunkové fľačky, kyslá uhorka (1,3,7)
	II. večera				Sendvič so šunkou a maslom (1,3,7)
Štvrtok 16.11.2023	Raňajky	Krupicová kaša s Grankom, čierny čaj (1,7)	Krupicová kaša s Grankom, čierny čaj (1,7)	Dia krupicová kaša so škoricom, čierny čaj (1,7)	Dia krupicová kaša so škoricom, čierny čaj (1,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Mrkvová polievka s hráškom (1), 100g Bryndzové halušky (1,3,7)	0,33l Mrkvová polievka s hráškom (1), 100g Bryndzové halušky (1,3,7)	0,33l Mrkvová polievka s hráškom (1), 100g Šalát s kuracím mäsom	0,33l Mrkvová polievka s hráškom (1), 100g Bryndzové halušky (1,3,7)
	Olovrant	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Zeleninové rizoto so syrom (7,9)	250g Zeleninové rizoto so syrom (7,9)	250g Zeleninové rizoto so syrom (7,9)	250g Zeleninové rizoto so syrom (7,9)
	II. večera				Chlieb so syrom a zeleninou (1,7)

Piatok 17.11.2023	Raňajky	Tvarohová nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)	Tvarohová nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)	Tvarohová nátierka, ryžový chlieb, ovocný čaj (7)	Tvarohová nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Čínska zeleninová polievka s tofu (3,9,12), 100g Špenát, volské oko, varené zemiaky (1,3,7)	0,33l Čínska zeleninová polievka s tofu (3,9,12), 100g Špenát, volské oko, varené zemiaky (1,3,7)	0,33l Čínska zeleninová polievka s tofu (3,9,12), 100g Špenát, volské oko, varené zemiaky (1,3,7)	0,33l Čínska zeleninová polievka s tofu (3,9,12), 100g Špenát, volské oko, varené zemiaky (1,3,7)
	Olovrant	Slané pečivo (1,3,7)	Slané pečivo (1,3,7)	Slané pečivo (1,3,7)	Slané pečivo (1,3,7)
	Večera	250g Tvarohové guľky s ovocím (1,3,7)	250g Tvarohové guľky s ovocím (1,3,7)	250g Dia tvarohové guľky s ovocím (1,3,7)	250g Dia tvarohové guľky s ovocím (1,3,7)
	II. večera				Sendvič so syrovou nátierkou (1,3,7)
Sobota 18.11.2023	Raňajky	Šunka v aspiku, sendvič, bylinkový čaj (1,3,9)	Šunka v aspiku, sendvič, bylinkový čaj (1,3,9)	Šunka v aspiku, bylinkový čaj (9)	Šunka v aspiku, sendvič, bylinkový čaj (1,3,9)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Brokolicová polievka (1,7), 100g Restovaná kuracia pečeň, ryža	0,33l Brokolicová polievka (1,7), 100g Restovaná kuracia pečeň, ryža, šalát	0,33l Brokolicová polievka (1,7), 100g Restovaná kuracia pečeň, šalát	0,33l Brokolicová polievka (1,7), 100g Restovaná kuracia pečeň, ryža, šalát
	Olovrant	Tuc kreky (1,3,7)	Tuc kreky (1,3,7)	Tuc kreky (1,3,7)	Tuc kreky (1,3,7)
	Večera	250g Podplamenník (1,3,7)	250g Podplamenník (1,3,7)	250g Hemendex, zelenina (3)	250g Podplamenník (1,3,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Nedeľa 19.11.2023	Raňajky	Omeleta, rohlík, ovocný čaj (1,3,7)	Chlieb vo vajci, ovocný čaj (1,3,7)	Omeleta, knäckebrat, ovocný čaj (1,3,7)	Chlieb vo vajci, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Vývar (1,9), 100g Pečené kuracie stehno, zemiaková kaša, kompót (1,3,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Vyprážené kuracie stehno, zemiaková kaša, kompót (1,3,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Pečené kuracie stehno, šalát	0,33l Vývar (1,9), 100g Vyprážené kuracie stehno, zemiaková kaša, kompót (1,3,7)
	Olovrant	Keks (1,3,7)	Keks (1,3,7)	Keks (1,3,7)	Dia keks (1,3,7)
	Večera	250g Obložený sendvič (1,3,7)	250g Obložený sendvič (1,3,7)	250g Obložený knäckebrat (1,3,7)	250g Obložený sendvič (1,3,7)
	II. večera				Chlieb so šunkou a maslom (1,3,7)

Pozn.: zmena jedálneho lístka vyhradená. Pri hlavnom jedle je uvádzaná gramáž mäsa.

Vypracoval: Oto Hrdlík

Schválil: PhDr. Bohumíra Tillingierová

Dňa: 10.11.2023


HESTIA n.o. 1
 Bošániho 2
 841 02 Bratislava
 IČO: 36 077 313

