

JEDÁLNY LÍSTOK HESTIA n.o. 8. TÝŽDEŇ

Dátum		Dieta č.2/5 Šetriaca	Diéta č.3 Racionálna	Diéta č.8 Redukčná	Diéta č.9 Diabetická
Pondelok 19.2.2024	Raňajky	Čokoládový croissant, Caro (1,3,7)	Čokoládový croissant, Caro (1,3,7)	Čokoládový croissant, Caro (1,3,7)	Dia vianočka s maslom, Caro (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Bujabéza (1,4,7), 100g Francúzske hydínové soté, ryža (1,7)	0,33l Bujabéza (1,4,7), 100g Francúzske hydínové soté, ryža (1,7)	0,33l Bujabéza (1,4,7), 100g Francúzske hydínové soté, ryža (1,7)	0,33l Bujabéza (1,4,7), 100g Francúzske hydínové soté, ryža (1,7)
	Olovrant	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocný jogurt (7)	Ovocný jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Zeleninový nákyp (3,7)	250g Zeleninový nákyp (3,7)	250g Zeleninový nákyp (3,7)	250g Zeleninový nákyp (3,7)
	II. večera				Chlieb s paštétou (1,3)
Utorok 20.2.2024	Raňajky	Tuniaková nátierka, chlieb, ovocný čaj (1,3,4,7)	Tuniaková nátierka, chlieb, ovocný čaj (1,3,4,7)	Tuniaková nátierka, chlieb, ovocný čaj (1,3,4,7)	Tuniaková nátierka, chlieb, ovocný čaj (1,3,4,7)
	Desiata	Kompót	Kompót	Kompót	Kompót
	Obed	0,33l Zemiaková polievka s kôprom (1,7), 100g Hovädzie burgundské, kaša (1,7)	0,33l Zemiaková polievka s kôprom (1,7), 100g Hovädzie burgundské, kaša (1,7)	0,33l Zemiaková polievka s kôprom (1,7), 100g Hovädzie burgundské, kaša (1,7)	0,33l Zemiaková polievka s kôprom (1,7), 100g Hovädzie burgundské, kaša (1,7)
	Olovrant	Slané pečivo (1)	Slané pečivo (1)	Celozrnné sucháre (1)	Slané pečivo (1)
	Večera	250g Francúzsky jablkový koláč (1,3)	250g Francúzsky jablkový koláč (1,3)	250g Francúzsky jablkový koláč (1,3)	250g Francúzsky jablkový koláč s Dia sladidlom (1,3)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Streda 21.2.2024	Raňajky	Obložený grahamový rohlík, čierny čaj (1,3,7)	Obložený grahamový rohlík, čierny čaj (1,3,7)	Obložený grahamový rohlík, čierny čaj (1,3,7)	Obložený grahamový rohlík, čierny čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Vývar (1,9), 100g Francúzske zemiaky, uhorkový šalát (3,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Francúzske zemiaky, uhorkový šalát (3,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Francúzske zemiaky, uhorkový šalát (3,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Francúzske zemiaky, uhorkový šalát (3,7)
	Olovrant	Puding (7)	Puding (7)	Dia puding (7)	Dia puding (7)
	Večera	250g Quiche - slaný francúzsky koláč (1,3,7)	250g Quiche - slaný francúzsky koláč (1,3,7)	250g Quiche - slaný francúzsky koláč (1,3,7)	250g Quiche - slaný francúzsky koláč (1,3,7)
	II. večera				Sendvič so šunkou a maslom (1,3,7)
Štvrtok 22.2.2024	Raňajky	Uzol bez cesnaku, bylinkový čaj (1,3)	Cesnakový uzol, bylinkový čaj (1,3)	Cesnakový uzol, bylinkový čaj (1,3)	Cesnakový uzol, bylinkový čaj (1,3)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Francúzska cibuľačka, krutóny (1), 100g Prívarok zo zelenej fazuľky, sekaná (1,3,7)	0,33l Francúzska cibuľačka, krutóny (1), 100g Fazuľový prívarok, sekaná (1,3,7)	0,33l Francúzska cibuľačka, krutóny (1), 100g Fazuľový prívarok, sekaná (1,3,7)	0,33l Francúzska cibuľačka, krutóny (1), 100g Fazuľový prívarok, sekaná (1,3,7)
	Olovrant	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Šúľance s tvarohom (1,3,7)	250g Šúľance s makom (1,3,7)	250g Šúľance s makom (1,3,7)	250g Šúľance s makom a Dia sladidlom (1,3,7)
	II. večera				Chlieb so syrom a zeleninou (1,7)
Pá	Raňajky	Smotanovo-syrová nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)	Smotanovo-syrová nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)	Smotanovo-syrová nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)	Smotanovo-syrová nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie

Piatok 23.2.2024	Obed	0,33l Francúzska zeleninová polievka, 100g Grilovaný encián, zemiaky, brusnice (7)	0,33l Francúzska zeleninová polievka, 100g Grilovaný encián, zemiaky, brusnice (7)	0,33l Francúzska zeleninová polievka, 100g Grilovaný encián, zemiaky, brusnice (7)	0,33l Francúzska zeleninová polievka, 100g Grilovaný encián, zemiaky, brusnice (7)
	Olovrant	Slané pečivo (1,3,7)	Slané pečivo (1,3,7)	Slané pečivo (1,3,7)	Slané pečivo (1,3,7)
	Večera	250g Pečená tekvica s nivou (7)	250g Pečená tekvica s nivou (7)	250g Pečená tekvica s nivou (7)	250g Pečená tekvica s nivou (7)
	II. večera				Sendvič so syrovou nátierkou (1,3,7)
Sobota 24.2.2024	Raňajky	Rohlík so syrom a salámou, čierny čaj (1,3,7)	Rohlík so syrom a salámou, čierny čaj (1,3,7)	Rohlík so syrom a salámou, čierny čaj (1,3,7)	Rohlík so syrom a salámou, čierny čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Rascová polievka s vajcom (3), 100g Krkovička na čiernom pive, zemiaky, kyslá uhorka	0,33l Šošovicová polievka s kapustou (1,7), 100g Krkovička na čiernom pive, zemiaky na cibuľke, paradajkový šalát	0,33l Šošovicová polievka s kapustou (1,7), 100g Krkovička na čiernom pive, zemiaky na cibuľke, paradajkový šalát	0,33l Šošovicová polievka s kapustou (1,7), 100g Krkovička na čiernom pive, zemiaky na cibuľke, paradajkový šalát
	Olovrant	Tuc krekry (1,3,7)	Tuc krekry (1,3,7)	Tuc krekry (1,3,7)	Tuc krekry (1,3,7)
	Večera	250g Smotanový posúch (1,3,7)	250g Smotanový posúch (1,3,7)	250g Smotanový posúch (1,3,7)	250g Smotanový posúch (1,3,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Nedeľa 25.2.2024	Raňajky	Omeleta so syrom, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)	Omeleta so syrom, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)	Omeleta so syrom, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)	Omeleta so syrom, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Vývar (1,9), 100g Kura, ryža, kompót	0,33l Vývar (1,9), 100g Kura, červená kapusta, knedľa (1,3,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Kura, červená kapusta, knedľa (1,3,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Kura, červená kapusta, knedľa (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 sendvič (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 Tillingerová

Dňa: 16.2.2024


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

