

JEDÁLNY LÍSTOK HESTIA n.o. 7. TÝŽDEŇ

Dátum		Dieta č.2/5 Šetriaca	Diéta č.3 Racionálna	Diéta č.8 Redukčná	Diéta č.9 Diabetická
Pondelok 12.2.2024	Raňajky	Sendvič s maslom a džemom, Caro (1,3,7)	Sendvič s maslom a džemom, Caro (1,3,7)	Sendvič s maslom a džemom, Caro (1,3,7)	Sendvič s maslom a Dia džemom, Caro (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Minestrone (1,9), 100g Bravčové frankfurtské, tarhoňa (1)	0,33l Minestrone (1,9), 100g Bravčové frankfurtské, tarhoňa (1)	0,33l Minestrone (1,9), 100g Bravčové frankfurtské, tarhoňa (1)	0,33l Minestrone (1,9), 100g Bravčové frankfurtské, tarhoňa (1)
	Olovrant	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocný jogurt (7)	Ovocný jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Zapekané cestoviny so zeleninou (1,3,7)	250g Zapekané cestoviny so zeleninou (1,3,7)	250g Zapekané cestoviny so zeleninou (1,3,7)	250g Zapekané cestoviny so zeleninou (1,3,7)
	II. večera				Chlieb s paštétou (1,3)
Utorok 13.2.2024	Raňajky	Paštéta, chlieb, ovocný čaj (1,3)	Paštéta, chlieb, ovocný čaj (1,3)	Paštéta, chlieb, ovocný čaj (1,3)	Paštéta, chlieb, ovocný čaj (1,3)
	Desiata	Kompót	Kompót	Kompót	Kompót
	Obed	0,33l Paradajková polievka (1), 100g Kurací gyros, pečené zemiaky, jogurtový dip (7)	0,33l Paradajková polievka s kapustou (1), 100g Kurací gyros, pečené zemiaky, tzatziki (7)	0,33l Paradajková polievka s kapustou (1), 100g Kurací gyros, pečené zemiaky, tzatziki (7)	0,33l Paradajková polievka s kapustou (1), 100g Kurací gyros, pečené zemiaky, tzatziki (7)
	Olovrant	Slané pečivo (1)	Slané pečivo (1)	Celozrnné sucháre (1)	Slané pečivo (1)
	Večera	250g Pečené buchty (1,3,7)	250g Pečené buchty (1,3,7)	250g Pečené buchty (1,3,7)	250g Pečené buchty s Dia tvarohom (1,3,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Streda 14.2.2024	Raňajky	Obložená grahamová žemľa, čierny čaj (1,3,7)	Obložená grahamová žemľa, čierny čaj (1,3,7)	Obložená grahamová žemľa, čierny čaj (1,3,7)	Obložená grahamová žemľa, čierny čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Hovädzí vývar (1,9), 100g Kurací perkelt, halušky (1,3,7)	0,33l Hovädzí vývar (1,9), 100g Kurací perkelt, halušky (1,3,7)	0,33l Hovädzí vývar (1,9), 100g Kurací perkelt, halušky (1,3,7)	0,33l Hovädzí vývar (1,9), 100g Kurací perkelt, halušky (1,3,7)
	Olovrant	Puding (7)	Puding (7)	Dia puding (7)	Dia puding (7)
	Večera	250g Bryndzová nátierka, chlieb (1,3,7)	250g Bryndzová nátierka, chlieb (1,3,7)	250g Bryndzová nátierka, chlieb (1,3,7)	250g Bryndzová nátierka, chlieb (1,3,7)
	II. večera				Sendvič so šunkou a maslom (1,3,7)
Štvrtok 15.2.2024	Raňajky	Ovsená kaša s ovocím, bylinkový čaj (1,7)	Ovsená kaša s ovocím, bylinkový čaj (1,7)	Ovsená kaša s ovocím, bylinkový čaj (1,7)	Dia ovsená kaša s ovocím, bylinkový čaj (1,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Zeleninová polievka (9), 100g Hovädzí guláš, karlovarská knedľa (1,3,7)	0,33l Zeleninová polievka (9), 100g Hovädzí guláš, knedľa (1,3,7)	0,33l Zeleninová polievka (9), 100g Hovädzí guláš, knedľa (1,3,7)	0,33l Zeleninová polievka (9), 100g Hovädzí guláš, knedľa (1,3,7)
	Olovrant	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Ovocná bublanina (1,3,7)	250g Ovocná bublanina (1,3,7)	250g Ovocná bublanina (1,3,7)	250g Ovocná bublanina (1,3,7)
	II. večera				Chlieb so syrom a zeleninou (1,7)

Piatok 16.2.2024	Raňajky	Vajíčková nátierka, žemľa, ovocný čaj (1,3,7)	Vajíčková nátierka, žemľa, ovocný čaj (1,3,7)	Vajíčková nátierka, žemľa, ovocný čaj (1,3,7)	Vajíčková nátierka, žemľa, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Lúsková polievka s kôprom (1,7), 100g Granadiersky pochod, kyslá uhorka (1)	0,33l Lúsková polievka s kôprom (1,7), 100g Granadiersky pochod, kyslá uhorka (1)	0,33l Lúsková polievka s kôprom (1,7), 100g Granadiersky pochod, kyslá uhorka (1)	0,33l Lúsková polievka s kôprom (1,7), 100g Granadiersky pochod, kyslá uhorka (1)
	Olovrant	Slané pečivo (1,3,7)	Slané pečivo (1,3,7)	Slané pečivo (1,3,7)	Slané pečivo (1,3,7)
	Večera	250g Ratatouille	250g Ratatouille	250g Ratatouille	250g Ratatouille
	II. večera				Sendvič so syrovou nátierkou (1,3,7)
Sobota 17.2.2024	Raňajky	Chlieb s maslom a salámou, čierny čaj (1,7)	Chlieb s maslom a salámou, čierny čaj (1,7)	Chlieb s maslom a salámou, čierny čaj (1,7)	Chlieb s maslom a salámou, čierny čaj (1,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Šošovicová polievka (7), 100g Bravčová živánska, zemiaky, šalát z čínskej kapusty	0,33l Šošovicová polievka (7), 100g Bravčová živánska, zemiaky, kapustový šalát	0,33l Šošovicová polievka (7), 100g Bravčová živánska, zemiaky, kapustový šalát	0,33l Šošovicová polievka (7), 100g Bravčová živánska, zemiaky, kapustový šalát
	Olovrant	Tuc krekry (1,3,7)	Tuc krekry (1,3,7)	Tuc krekry (1,3,7)	Tuc krekry (1,3,7)
	Večera	250g Pizza slimáky (1,3,7)	250g Pizza slimáky (1,3,7)	250g Pizza slimáky (1,3,7)	250g Pizza slimáky (1,3,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Nedeľa 18.2.2024	Raňajky	Pražnica, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)	Pražnica, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)	Pražnica, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)	Pražnica, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Vývar (1,9), 100g Kuracie v cestíčku, zemiaková kaša, kyslá uhorka (1,3)	0,33l Vývar (1,9), 100g Kuracie v cestíčku, zemiaková kaša, paradajkový šalát (1,3)	0,33l Vývar (1,9), 100g Kuracie v cestíčku, zemiaková kaša, paradajkový šalát (1,3)	0,33l Vývar (1,9), 100g Kuracie v cestíčku, zemiaková kaša, paradajkový šalát (1,3)
	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: 9.2.2024


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

