

JEDÁLNY LÍSTOK HESTIA n.o. 24. TÝŽDEŇ

| Dátum              |                   | Dieta č.2/5<br>Šetriaca  | Diéta č.3<br>Racionálna  | Diéta č.8<br>Redukčná  | Diéta č.9<br>Diabetická  |
|--------------------|-------------------|--|--|--|--|
| Pondelok 10.6.2024 | <b>Raňajky</b>    | Bábovka, Caro (1,3,7)  | Bábovka, Caro (1,3,7)  | Bábovka, Caro (1,3,7)  | Dia vianočka s maslom, Caro (1,3,7)  |
|                    | <b>Desiata</b>    | Ovocie bez šupky a jadier  | Ovocie   | Ovocie   | Ovocie   |
|                    | <b>Obed</b>       | 0,33l Brokolicový krém, krutóny (1,7), 100g Hydinoý gyros, pečené zemiaky, biely jogurt (7)        | 0,33l Brokolicový krém, krutóny (1,7), 100g Hydinoý gyros, pečené zemiaky, tzatziki (7)              | 0,33l Brokolicový krém, krutóny (1,7), 100g Hydinoý gyros, pečené zemiaky, tzatziki (7)              | 0,33l Brokolicový krém, krutóny (1,7), 100g Hydinoý gyros, pečené zemiaky, tzatziki (7)              |
|                    | <b>Olovrant</b>   | Ovocie bez šupky a jadier  | Ovocný jogurt (7)  | Ovocný jogurt (7)  | Biely jogurt (7)   |
|                    | <b>Večera</b>     | 250g Šunkové fliačky (1,3,7)   | 250g Šunkové fliačky (1,3,7)   | 250g Šunkové fliačky (1,3,7)   | 250g Šunkové fliačky (1,3,7)   |
|                    | <b>II. večera</b> |  |  |  | Chlieb s paštétou (1,3)  |
| Utorok 11.6.2024   | <b>Raňajky</b>    | Sardinková nátierka, chlieb, čierny čaj (1,3,4,7)  | Sardinková nátierka, cibulka, chlieb, čierny čaj (1,3,4,7)   | Sardinková nátierka, cibulka, chlieb, čierny čaj (1,3,4,7)   | Sardinková nátierka, cibulka, chlieb, čierny čaj (1,3,4,7)   |
|                    | <b>Desiata</b>    | Kompót   | Kompót   | Kompót   | Kompót   |
|                    | <b>Obed</b>       | 0,33l Mrkvová polievka s rascou a vajcom (1,3), 100g Mäsové guľky, paradajková omáčka, zemiaky (1) | 0,33l Mrkvová polievka s rascou a vajcom (1,3), 100g Plnená paprika, paradajková omáčka, zemiaky (1) | 0,33l Mrkvová polievka s rascou a vajcom (1,3), 100g Plnená paprika, paradajková omáčka, zemiaky (1) | 0,33l Mrkvová polievka s rascou a vajcom (1,3), 100g Plnená paprika, paradajková omáčka, zemiaky (1) |
|                    | <b>Olovrant</b>   | Slané pečivo (1)   | Slané pečivo (1)   | Celozrnné sucháre (1)  | Slané pečivo (1)   |
|                    | <b>Večera</b>     | 250g Moravský koláč (1,3,7)  | 250g Moravský koláč (1,3,7)  | 250g Moravský koláč (1,3,7)  | 250g Dia moravský koláč (1,3,7)  |
|                    | <b>II. večera</b> |  |  |  | Biely jogurt (7)   |
| Streda 12.6.2024   | <b>Raňajky</b>    | Obložená grahamová žemľa, ovocný čaj (1,3,7)   | Obložená grahamová žemľa, ovocný čaj (1,3,7)   | Obložená grahamová žemľa, ovocný čaj (1,3,7)   | Obložená grahamová žemľa, ovocný čaj (1,3,7)   |
|                    | <b>Desiata</b>    | Ovocie bez šupky a jadier  | Ovocie   | Ovocie   | Ovocie   |
|                    | <b>Obed</b>       | 0,33l Vývar (1,9), 100g Halušky s tvarohom (1,3,7)   | 0,33l Vývar (1,9), 100g Kapustové strapačky so slaninou (1,3)  | 0,33l Vývar (1,9), 100g Kapustové strapačky so slaninou (1,3)  | 0,33l Vývar (1,9), 100g Kapustové strapačky so slaninou (1,3)  |
|                    | <b>Olovrant</b>   | Puding (7)   | Puding (7)   | Dia puding (7)   | Dia puding (7)   |
|                    | <b>Večera</b>     | 250g Zapekané zemiaky so syrom (3,7)   | 250g Zapekané zemiaky so syrom (3,7)   | 250g Zapekané zemiaky so syrom (3,7)   | 250g Zapekané zemiaky so syrom (3,7)   |
|                    | <b>II. večera</b> |  |  |  | Sendvič so šunkou a maslom (1,3,7)   |
| Štvrtok 13.6.2024  | <b>Raňajky</b>    | Šunkovo-syrový croissant, bylinkový čaj (1,3,7)  | Šunkovo-syrový croissant, bylinkový čaj (1,3,7)  | Šunkovo-syrový croissant, bylinkový čaj (1,3,7)  | Šunkovo-syrový croissant, bylinkový čaj (1,3,7)  |
|                    | <b>Desiata</b>    | Ovocie bez šupky a jadier  | Ovocie   | Ovocie   | Ovocie   |
|                    | <b>Obed</b>       | 0,33l Lusková polievka (1,9), 100g Kurací steak, zemiaková kaša, paradajkový šalát (1,7)           | 0,33l Sedliacka fazuľová polievka (1,9), 100g Kurací steak, zemiaková kaša, paradajkový šalát (1,7)  | 0,33l Sedliacka fazuľová polievka (1,9), 100g Kurací steak, zemiaková kaša, paradajkový šalát (1,7)  | 0,33l Sedliacka fazuľová polievka (1,9), 100g Kurací steak, zemiaková kaša, paradajkový šalát (1,7)  |
|                    | <b>Olovrant</b>   | Biely jogurt (7)   | Biely jogurt (7)   | Biely jogurt (7)   | Biely jogurt (7)   |
|                    | <b>Večera</b>     | 250g Slivkový koláč s makom (1,3,7)  | 250g Slivkový koláč s makom (1,3,7)  | 250g Slivkový koláč s makom (1,3,7)  | 250g Dia slivkový koláč s makom (1,3,7)  |
|                    | <b>II. večera</b> |  |  |  | Chlieb so syrom a zeleninou (1,7)  |

|                  |                   |  |  |  |  |
|------------------|-------------------|--|--|--|--|
| Piatok 14.6.2024 | <b>Raňajky</b>    | Tvarohovo-pažitková nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)                            | Tvarohovo-pažitková nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)                                      | Tvarohovo-pažitková nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)                                      | Tvarohovo-pažitková nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)                                      |
|                  | <b>Desiata</b>    | Ovocie bez šupky a jadier  | Ovocie   | Ovocie   | Ovocie   |
|                  | <b>Obed</b>       | 0,33l Paradajková polievka s ryžou (1), 100g Grilovaný encián, zemiaky, brusnice (7) | 0,33l Paradajková polievka s ryžou (1), 100g Grilovaný encián, zemiaky, brusnice, coleslaw (7) | 0,33l Paradajková polievka s ryžou (1), 100g Grilovaný encián, zemiaky, brusnice, coleslaw (7) | 0,33l Paradajková polievka s ryžou (1), 100g Grilovaný encián, zemiaky, brusnice, coleslaw (7) |
|                  | <b>Olovrant</b>   | Slané pečivo (1,3,7)   | Slané pečivo (1,3,7)   | Slané pečivo (1,3,7)   | Slané pečivo (1,3,7)   |
|                  | <b>Večera</b>     | 250g Zeleninové rizoto (9)   | 250g Zeleninové rizoto (9)   | 250g Zeleninové rizoto (9)   | 250g Zeleninové rizoto (9)   |
|                  | <b>II. večera</b> |  |  |  | Sendvič so syrovou nátierkou (1,3,7)   |
| Sobota 15.6.2024 | <b>Raňajky</b>    | Salámová nátierka, chlieb, čierny čaj (1,3,7)  | Salámová nátierka, chlieb, čierny čaj (1,3,7)  | Salámová nátierka, chlieb, čierny čaj (1,3,7)  | Salámová nátierka, chlieb, čierny čaj (1,3,7)  |
|                  | <b>Desiata</b>    | Ovocie bez šupky a jadier  | Ovocie   | Ovocie   | Ovocie   |
|                  | <b>Obed</b>       | 0,33l Hrášková polievka s mrkvou (1), 100g Bravčové burgundské, tarhoňa              | 0,33l Hrášková polievka s mrkvou (1), 100g Bravčové burgundské, tarhoňa                        | 0,33l Hrášková polievka s mrkvou (1), 100g Bravčové burgundské, tarhoňa                        | 0,33l Hrášková polievka s mrkvou (1), 100g Bravčové burgundské, tarhoňa                        |
|                  | <b>Olovrant</b>   | Tuc kreky (1,3,7)  | Tuc kreky (1,3,7)  | Tuc kreky (1,3,7)  | Tuc kreky (1,3,7)  |
|                  | <b>Večera</b>     | 250g Párky, chlieb, horčica (1,3,10)   | 250g Párky, chlieb, horčica (1,3,10)   | 250g Párky, chlieb, horčica (1,3,10)   | 250g Párky, chlieb, horčica (1,3,10)   |
|                  | <b>II. večera</b> |  |  |  | Biely jogurt (7)   |
| Nedeľa 16.6.2024 | <b>Raňajky</b>    | Vajíčkový šalát, rohlík, ovocný čaj (1,3,7)  | Vajíčkový šalát, rohlík, ovocný čaj (1,3,7)  | Vajíčkový šalát, rohlík, ovocný čaj (1,3,7)  | Vajíčkový šalát, rohlík, ovocný čaj (1,3,7)  |
|                  | <b>Desiata</b>    | Ovocie bez šupky a jadier  | Ovocie   | Ovocie   | Ovocie   |
|                  | <b>Obed</b>       | 0,33l Vývar (1,9), 100g Kurací rezeň, ryža, kompót (1,3,7)                           | 0,33l Vývar (1,9), 100g Kurací rezeň, ryža, kompót (1,3,7)                                     | 0,33l Vývar (1,9), 100g Kurací rezeň, ryža, kompót (1,3,7)                                     | 0,33l Vývar (1,9), 100g Kurací rezeň, ryža, kompót (1,3,7)                                     |
|                  | <b>Olovrant</b>   | Keks (1,3,7)   | Keks (1,3,7)   | Keks (1,3,7)   | Dia keks (1,3,7)   |
|                  | <b>Večera</b>     | 250g Obložený sendvič (1,3,7)  | 250g Obložený sendvič (1,3,7)  | 250g Obložený sendvič (1,3,7)  | 250g Obložený sendvič (1,3,7)  |
|                  | <b>II. večera</b> |  |  |  | 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: 7.6.2024

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



