

JEDÁLNY LÍSTOK HESTIA n.o. 30. TÝŽDEŇ

Dátum		Dieta č.2/5 Šetriaca	Diéta č.3 Racionálna	Diéta č.8 Redukčná	Diéta č.9 Diabetická
Pondelok 22.7.2024	Raňajky	Tvarohová buchta, Caro (1,3,7)	Tvarohová buchta, Caro (1,3,7)	Tvarohová buchta, Caro (1,3,7)	Dia tvarohová buchta, Caro (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Ragú polievka, 100g Kuracie sečuánske, ryžové rezance, šalát z čínskej kapusty (9,10,12)	0,33l Ragú polievka, 100g Kuracie sečuánske, ryžové rezance, šalát z čínskej kapusty (9,10,12)	0,33l Ragú polievka, 100g Kuracie sečuánske, ryžové rezance, šalát z čínskej kapusty (9,10,12)	0,33l Ragú polievka, 100g Kuracie sečuánske, ryžové rezance, šalát z čínskej kapusty (9,10,12)
	Olovrant	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocný jogurt (7)	Ovocný jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Omeleta, chlieb (1,3,7)	250g Lečo s párkom, chlieb (1,3,7)	250g Lečo s párkom, chlieb (1,3,7)	250g Lečo s párkom, chlieb (1,3,7)
	II. večera				Chlieb s paštétou (1,3)
Útorok 23.7.2024	Raňajky	Sardinková nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,4,7)	Sardinková nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,4,7)	Sardinková nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,4,7)	Sardinková nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,4,7)
	Desiata	Kompót	Kompót	Kompót	Kompót
	Obed	0,33l Boršč (1,9), 100g Rizoto s kuracími pečienkami, hlávkový šalát	0,33l Boršč (1,9), 100g Rizoto s kuracími pečienkami, hlávkový šalát	0,33l Boršč (1,9), 100g Rizoto s kuracími pečienkami, hlávkový šalát	0,33l Boršč (1,9), 100g Rizoto s kuracími pečienkami, hlávkový šalát
	Olovrant	Slané pečivo (1)	Slané pečivo (1)	Celozrnné sucháre (1)	Slané pečivo (1)
	Večera	250g Palacinky s džemom a čokoládou (1,3,7)	250g Palacinky s džemom a čokoládou (1,3,7)	250g Palacinky s džemom a čokoládou (1,3,7)	250g Dia palacinky (1,3,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Streda 24.7.2024	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 Jaternica, zemiaky, kyslá uhorka	0,33l Vývar (1,9), 100g Jaternica, zemiaky, kyslá kapusta	0,33l Vývar (1,9), 100g Jaternica, zemiaky, kyslá kapusta	0,33l Vývar (1,9), 100g Jaternica, zemiaky, kyslá kapusta
	Olovrant	Puding (7)	Puding (7)	Dia puding (7)	Dia puding (7)
	Večera	250g Brokolicový náryp (3,7)	250g Brokolicový náryp (3,7)	250g Brokolicový náryp (3,7)	250g Brokolicový náryp (3,7)
	II. večera				Sendvič so šunkou a maslom (1,3,7)
Štvrtok 25.7.2024	Raňajky	Šunkový tanier so zeleninou, rohlík, bylinkový čaj (1,3,7)	Šunkový tanier so zeleninou, rohlík, bylinkový čaj (1,3,7)	Šunkový tanier so zeleninou, rohlík, bylinkový čaj (1,3,7)	Šunkový tanier so zeleninou, rohlík, bylinkový čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Pórová polievka so zemiakmi (1), 100g Hovädzie varené, paradajková omáčka, zemiaky	0,33l Pórová polievka so zemiakmi (1), 100g Hovädzie varené, paradajková omáčka, knedľa (1,3,7)	0,33l Pórová polievka so zemiakmi (1), 100g Hovädzie varené, paradajková omáčka, knedľa (1,3,7)	0,33l Pórová polievka so zemiakmi (1), 100g Hovädzie varené, paradajková omáčka, knedľa (1,3,7)
	Olovrant	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Vianočka s maslom a medom (1,3,7)	250g Vianočka s maslom a medom (1,3,7)	250g Vianočka s maslom a medom (1,3,7)	250g Dia vianočka s maslom a medom (1,3,7)
	II. večera				Chlieb so syrom a zeleninou (1,7)

Piatok 26.7.2024	Raňajky	Bryndzová nátierka, cibuľka, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)	Bryndzová nátierka, cibuľka, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)	Bryndzová nátierka, cibuľka, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)	Bryndzová nátierka, cibuľka, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Zeleninová polievka s krupicou (1,9), 100g Pečený karfiol, zemiaky, tatarská omáčka (1,3,7)	0,33l Zeleninová polievka s krupicou (1,9), 100g Vyprážený karfiol, zemiaky, tatarská omáčka (1,3,7)	0,33l Zeleninová polievka s krupicou (1,9), 100g Vyprážený karfiol, zemiaky, tatarská omáčka (1,3,7)	0,33l Zeleninová polievka s krupicou (1,9), 100g Vyprážený karfiol, zemiaky, tatarská omáčka (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 Šunkové fliačky (1)	250g Kapustové fliačky (1)	250g Kapustové fliačky (1)	250g Kapustové fliačky (1)
	II. večera				Sendvič so syrovou nátierkou (1,3,7)
Sobota 27.7.2024	Raňajky	Chlieb s maslom a salámou, čierny čaj (1,3,7)	Chlieb s maslom a salámou, čierny čaj (1,3,7)	Chlieb s maslom a salámou, čierny čaj (1,3,7)	Chlieb s maslom a salámou, čierny čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Zemiaková polievka, 100g Tvarohovo-slaninové rezance (1,7)	0,33l Fazuľová polievka s údeným mäsom (1,7), 100g Tvarohovo-slaninové rezance (1,7)	0,33l Fazuľová polievka s údeným mäsom (1,7), 100g Tvarohovo-slaninové rezance (1,7)	0,33l Fazuľová polievka s údeným mäsom (1,7), 100g Tvarohovo-slaninové rezance (1,7)
	Olovrant	Tuc krekry (1,3,7)	Tuc krekry (1,3,7)	Tuc krekry (1,3,7)	Tuc krekry (1,3,7)
	Večera	250g Párky, horčica, chlieb (1,3,7)	250g Párky, horčica, chlieb (1,3,7)	250g Párky, horčica, chlieb (1,3,7)	250g Párky, horčica, chlieb (1,3,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Nedeľa 28.7.2024	Raňajky	Praženica, žemľa, ovocný čaj (1,3,7)	Praženica, žemľa, ovocný čaj (1,3,7)	Praženica, žemľa, ovocný čaj (1,3,7)	Praženica, žemľa, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Vývar (1,9), 100g Sekaná, zemiaková kaša, uhorkový šalát (1,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Sekaná, zemiaková kaša, uhorkový šalát (1,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Sekaná, zemiaková kaša, uhorkový šalát (1,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Sekaná, zemiaková kaša, uhorkový šalát (1,7)
	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: Bc. Michaela Matiasová

Dňa: 19.7.2024


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

