

JEDÁLNY LÍSTOK HESTIA n.o. 36. TÝŽDEŇ

Dátum		Dieta č.2/5 Šetriaca	Diéta č.3 Racionálna	Diéta č.8 Redukčná	Diéta č.9 Diabetická
Pondelok 2.9.2024	Raňajky	Čokoládový croissant, Caro (1,3,7)	Čokoládový croissant, Caro (1,3,7)	Čokoládový croissant, Caro (1,3,7)	Sendvič s Dia džemom, Caro (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Tekvicová polievka s kôprom (1,7), 100g Hovädzie španielske, ryža, kyslá uhorka (1,3)	0,33l Tekvicová polievka s kôprom (1,7), 100g Hovädzie španielske, ryža, kyslá uhorka (1,3)	0,33l Tekvicová polievka s kôprom (1,7), 100g Hovädzie španielske, ryža, kyslá uhorka (1,3)	0,33l Tekvicová polievka s kôprom (1,7), 100g Hovädzie španielske, ryža, kyslá uhorka (1,3)
	Olovrant	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocný jogurt (7)	Ovocný jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Zeleninový nákyp (3)	250g Zeleninový nákyp (3)	250g Zeleninový nákyp (3)	250g Zeleninový nákyp (3)
	II. večera				Chlieb s paštétou (1,3)
Utorok 3.9.2024	Raňajky	Sardinková nátierka, sendvič, čierny čaj (1,3,4,7)	Sardinková nátierka, sendvič, čierny čaj (1,3,4,7)	Sardinková nátierka, sendvič, čierny čaj (1,3,4,7)	Sardinková nátierka, sendvič, čierny čaj (1,3,4,7)
	Desiata	Kompót	Kompót	Kompót	Kompót
	Obed	0,33l Zemiaková polievka, 100g Kurací steak, nivová omáčka, špenátové halušky (1,3,7)	0,33l Kelová polievka s klobásou a zemiakmi (1), 100g Kurací steak, nivová omáčka, špenátové halušky (1,3,7)	0,33l Kelová polievka s klobásou a zemiakmi (1), 100g Kurací steak, nivová omáčka, špenátové halušky (1,3,7)	0,33l Kelová polievka s klobásou a zemiakmi (1), 100g Kurací steak, nivová omáčka, špenátové halušky (1,3,7)
	Olovrant	Slané pečivo (1)	Slané pečivo (1)	Celozrnné sucháre (1)	Slané pečivo (1)
	Večera	250g Jablkový koláč (1,3,7)	250g Jablkový koláč (1,3,7)	250g Jablkový koláč (1,3,7)	250g Dia jablkový koláč (1,3,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Streda 4.9.2024	Raňajky	Obložený grahamový rohlík, ovocný čaj (1,3,7)	Obložený grahamový rohlík, ovocný čaj (1,3,7)	Obložený grahamový rohlík, ovocný čaj (1,3,7)	Obložený grahamový rohlík, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Vývar (1,9), 100g Mäsové guľky, paradajková omáčka, zemiaky (1,3)	0,33l Vývar (1,9), 100g Plnená paprika, paradajková omáčka, zemiaky (1,3)	0,33l Vývar (1,9), 100g Plnená paprika, paradajková omáčka, zemiaky (1,3)	0,33l Vývar (1,9), 100g Plnená paprika, paradajková omáčka, zemiaky (1,3)
	Olovrant	Puding (7)	Puding (7)	Dia puding (7)	Dia puding (7)
	Večera	250g Šunkovo-syrový toast, zelenina (1,3,7)	250g Šunkovo-syrový toast, zelenina (1,3,7)	250g Šunkovo-syrový toast, zelenina (1,3,7)	250g Šunkovo-syrový toast, zelenina (1,3,7)
	II. večera				Sendvič so šunkou a maslom (1,3,7)
Štvrtok 5.9.2024	Raňajky	Šunkový tanier, rohlík, zelenina, ovocný čaj (1,3,7)	Šunkový tanier, rohlík, zelenina, ovocný čaj (1,3,7)	Šunkový tanier, rohlík, zelenina, ovocný čaj (1,3,7)	Šunkový tanier, rohlík, zelenina, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Hrášková polievka, 100g Furmanské halušky (1,3,7)	0,33l Hrachová polievka (1), 100g Furmanské halušky (1,3,7)	0,33l Hrachová polievka (1), 100g Furmanské halušky (1,3,7)	0,33l Hrachová polievka (1), 100g Furmanské halušky (1,3,7)
	Olovrant	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Žemľovka s tvarohom a ovocím (1,3,7)	250g Žemľovka s tvarohom a ovocím (1,3,7)	250g Žemľovka s tvarohom a ovocím (1,3,7)	250g Dia žemľovka s tvarohom a ovocím (1,3,7)
	II. večera				Chlieb so syrom a zeleninou (1,7)

Piatok 6.9.2024	Raňajky	Žemľa so syrokřérom, zelenina, bylínkový čaj (1,3,7)	Žemľa so syrokřérom, zelenina, bylínkový čaj (1,3,7)	Žemľa so syrokřérom, zelenina, bylínkový čaj (1,3,7)	Žemľa so syrokřérom, zelenina, bylínkový čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Zemiaková polievka na kyslo (1,7), 100g Pečený karfiol, restované zemiaky, tatarská omáčka (1,3,7)	0,33l Zemiaková polievka na kyslo (1,7), 100g Vyprážený karfiol, restované zemiaky, tatarská omáčka (1,3,7)	0,33l Zemiaková polievka na kyslo (1,7), 100g Vyprážený karfiol, restované zemiaky, tatarská omáčka (1,3,7)	0,33l Zemiaková polievka na kyslo (1,7), 100g Vyprážený karfiol, restované 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 Rezance s tvarohom a pažitkou (1,3,7)	250g Rezance s tvarohom a pažitkou (1,3,7)	250g Rezance s tvarohom a pažitkou (1,3,7)	250g Rezance s tvarohom a pažitkou (1,3,7)
	II. večera				Sendvič so syrovou nátierkou (1,3,7)
Sobota 7.9.2024	Raňajky	Chlieb s maslom a salámou, ovocný čaj (1,3,7)	Chlieb s maslom a salámou, ovocný čaj (1,3,7)	Chlieb s maslom a salámou, ovocný čaj (1,3,7)	Chlieb s maslom a salámou, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Zeleninová polievka (1), 100g Belehradské stehno, tarhoňa, paradajkový šalát (1)	0,33l Zeleninová polievka (1), 100g Belehradské stehno, tarhoňa, paradajkový šalát (1)	0,33l Zeleninová polievka (1), 100g Belehradské stehno, tarhoňa, paradajkový šalát (1)	0,33l Zeleninová polievka (1), 100g Belehradské stehno, tarhoňa, paradajkový šalát (1)
	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 8.9.2024	Raňajky	Chlieb vo vajci, čierny čaj (1,3,7)	Chlieb vo vajci, čierny čaj (1,3,7)	Chlieb vo vajci, čierny čaj (1,3,7)	Chlieb vo vajci, čierny čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Vývar (1,9), 100g Záhorácke kuracie stehno, zemiaky	0,33l Vývar (1,9), 100g Záhorácke kuracie stehno, kypusta, zemiaky	0,33l Vývar (1,9), 100g Záhorácke kuracie stehno, kypusta, zemiaky	0,33l Vývar (1,9), 100g Záhorácke kuracie stehno, kypusta, zemiaky
	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 a Bc. Michaela Matiasová

Schválil: Ing. Mgr. Ľubica Kočanová

Dňa: 30.8.2024

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