

JEDÁLNY LÍSTOK HESTIA n.o. 37. TÝŽDEŇ

Dátum		Dieta č.2/5 Šetriaca	Diéta č.3 Racionálna	Diéta č.8 Redukčná	Diéta č.9 Diabetická
Pondelok 9.9.2024	Raňajky	Moravský koláč, Caro (1,3,7)	Moravský koláč, Caro (1,3,7)	Moravský koláč, Caro (1,3,7)	Sendvič s Dia džemom, Caro (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Zemiaková polievka, 100g Vykostené kuracie stehno, ryža, kompót	0,33l Fazuľová polievka na kyslo (1,7), 100g Vykostené kuracie stehno, ryža, kompót	0,33l Fazuľová polievka na kyslo (1,7), 100g Vykostené kuracie stehno, ryža, kompót	0,33l Fazuľová polievka na kyslo (1,7), 100g Vykostené kuracie stehno, ryža, kompót
	Olovrant	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocný jogurt (7)	Ovocný jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Treska, rohlík (1,3,4,7)	250g Treska, rohlík (1,3,4,7)	250g Treska, rohlík (1,3,4,7)	250g Treska, rohlík (1,3,4,7)
	II. večera				Chlieb s paštétou (1,3)
Utorok 10.9.2024	Raňajky	Tuniaková nátierka, grahamová žemľa, čierny čaj (1,3,4,7)	Tuniaková nátierka, grahamová žemľa, čierny čaj (1,3,4,7)	Tuniaková nátierka, grahamová žemľa, čierny čaj (1,3,4,7)	Tuniaková nátierka, grahamová žemľa, čierny čaj (1,3,4,7)
	Desiata	Kompót	Kompót	Kompót	Kompót
	Obed	0,33l Lúsková polievka so zemiakmi (1,7), 100g Hovädzie dusené na rasci, tarhoňa, mrkvový šalát (1)	0,33l Lúsková polievka so zemiakmi (1,7), 100g Hovädzie dusené na rasci, tarhoňa, mrkvový šalát (1)	0,33l Lúsková polievka so zemiakmi (1,7), 100g Hovädzie dusené na rasci, tarhoňa, mrkvový šalát (1)	0,33l Lúsková polievka so zemiakmi (1,7), 100g Hovädzie dusené na rasci, tarhoňa, mrkvový šalát (1)
	Olovrant	Slané pečivo (1)	Slané pečivo (1)	Celozrnné sucháre (1)	Slané pečivo (1)
	Večera	250g Šunková pena, sendvič (1,3,7)	250g Šunková pena, sendvič (1,3,7)	250g Šunková pena, sendvič (1,3,7)	250g Šunková pena, sendvič (1,3,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Streda 11.9.2024	Raňajky	Kápiová nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)	Kápiová nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)	Kápiová nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)	Kápiová nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Vývar (1,9), 100g Kurací prírodný Gordon, kuskus s mrkvou (1,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Kurací prírodný Gordon, kuskus s mrkvou, kapustový šalát (1,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Kurací prírodný Gordon, kuskus s mrkvou, kapustový šalát (1,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Kurací prírodný Gordon, kuskus s mrkvou, kapustový šalát (1,7)
	Olovrant	Puding (7)	Puding (7)	Dia puding (7)	Dia puding (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				Sendvič so šunkou a maslom (1,3,7)
Štvrtok 12.9.2024	Raňajky	Vajíčkový šalát, chlieb, bylinkový čaj (1,3,7)	Vajíčkový šalát, chlieb, bylinkový čaj (1,3,7)	Vajíčkový šalát, chlieb, bylinkový čaj (1,3,7)	Vajíčkový šalát, chlieb, bylinkový čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Zeleninová polievka, 100g Bravčové soté, slovenská ryža, paradajkový šalát (1)	0,33l Hrstková polievka s párkom (1), 100g Bravčové soté, slovenská ryža, paradajkový šalát (1)	0,33l Hrstková polievka s párkom (1), 100g Bravčové soté, slovenská ryža, paradajkový šalát (1)	0,33l Hrstková polievka s párkom (1), 100g Bravčové soté, slovenská ryža, paradajkový šalát (1)
	Olovrant	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Zapekaná brokolica so syrom (1,3,7)	250g Zapekaná brokolica so syrom (1,3,7)	250g Zapekaná brokolica so syrom (1,3,7)	250g Zapekaná brokolica so syrom (1,3,7)
	II. večera				Chlieb so syrom a zeleninou (1,7)

Piatok 13.9.2024	<b>Raňajky</b>	Krupicová kaša s Grankom, ovocný čaj (1,7)	Krupicová kaša s Grankom, ovocný čaj (1,7)	Krupicová kaša s Grankom, ovocný čaj (1,7)	Krupicová kaša so škoricom, ovocný čaj (1,7)
	<b>Desiata</b>	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	<b>Obed</b>	0,33l Hrášková polievka s mrkvou, krupicové halušky (1,3), 100g Dusené filé, zemiakový šalát (1,3,4,7)	0,33l Hrášková polievka s mrkvou, krupicové halušky (1,3), 100g Vyprážené filé, zemiakový šalát (1,3,4,7)	0,33l Hrášková polievka s mrkvou, krupicové halušky (1,3), 100g Vyprážené filé, zemiakový šalát (1,3,4,7)	0,33l Hrášková polievka s mrkvou, krupicové halušky (1,3), 100g Vyprážené filé, zemiakový šalát (1,3,4,7)
	<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 Tvarohové rezance (1,3,7)	250g Tvarohové rezance (1,3,7)	250g Tvarohové rezance (1,3,7)	250g Tvarohové rezance (1,3,7)
	<b>II. večera</b>				Sendvič so syrovou nátiarkou (1,3,7)
Sobota 14.9.2024	<b>Raňajky</b>	Paštétová nátiarka, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Paštétová nátiarka, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Paštétová nátiarka, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Paštétová nátiarka, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)
	<b>Desiata</b>	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	<b>Obed</b>	0,33l Mrkvový krém (1), 100g Pečená krkovička, varené zemiaky	0,33l Mrkvový krém (1), 100g Pečená krkovička, strapačky (1,3)	0,33l Mrkvový krém (1), 100g Pečená krkovička, strapačky (1,3)	0,33l Mrkvový krém (1), 100g Pečená krkovička, strapačky (1,3)
	<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 Parížsky šalát, rohlík (1,3,7)	250g Parížsky šalát, rohlík (1,3,7)	250g Parížsky šalát, rohlík (1,3,7)	250g Parížsky šalát, rohlík (1,3,7)
	<b>II. večera</b>				Biely jogurt (7)
Nedeľa 15.9.2024	<b>Raňajky</b>	Praženica, chlieb, čierny čaj (1,3,7)	Praženica, chlieb, čierny čaj (1,3,7)	Praženica, chlieb, čierny čaj (1,3,7)	Praženica, chlieb, čierny čaj (1,3,7)
	<b>Desiata</b>	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	<b>Obed</b>	0,33l Vývar (1,9), 100g Vyprážený kurací rezeň, zemiaková kaša, uhorkový šalát (1,3,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Vyprážený kurací rezeň, zemiaková kaša, uhorkový šalát (1,3,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Vyprážený kurací rezeň, zemiaková kaša, uhorkový šalát (1,3,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Vyprážený kurací rezeň, zemiaková kaša, uhorkový šalát (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 a Bc. Michaela Matiasová

Schválil: Ing. Mgr. Ľubica Kočanová

Dňa: 6.9.2024

