

JEDÁLNY LÍSTOK HESTIA n.o. 40. TÝŽDEŇ

Dátum		Diéta č.2/5 Šetriaca	Diéta č.3 Racionálna	Diéta č.8 Redukčná	Diéta č.9 Diabetická
Pondelok 30.9.2024	Raňajky	Orechový koláč, Caro (1,3,7)	Orechový koláč, Caro (1,3,7)	Orechový koláč, Caro (1,3,7)	Tvarohový Dia koláč, Caro (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Zeleninová polievka s krupicovými haluškami (1,3), 100g Bravčový řízek, šťouchané brambory, kyslá uhorka (1,3,7)	0,33l Zeleninová polievka s krupicovými haluškami (1,3), 100g Bravčový řízek, šťouchané brambory, čalamáda (1,3,7)	0,33l Zeleninová polievka s krupicovými haluškami (1,3), 100g Bravčový řízek, šťouchané brambory, čalamáda (1,3,7)	0,33l Zeleninová polievka s krupicovými haluškami (1,3), 100g Bravčový řízek, šťouchané brambory, čalamáda (1,3,7)
	Olovrant	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocný jogurt (7)	Ovocný jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Zemiakový prívarok, varené vajíčko (1,3,7)	250g Zemiakový prívarok, varené vajíčko (1,3,7)	250g Zemiakový prívarok, varené vajíčko (1,3,7)	250g Zemiakový prívarok, varené vajíčko (1,3,7)
	II. večera				Chlieb s paštétou (1,3)
Utorok 1.10.2024	Raňajky	Játrová paštika, chlieb, ovocný čaj (1,3)	Játrová paštika, chlieb, ovocný čaj (1,3)	Játrová paštika, chlieb, ovocný čaj (1,3)	Játrová paštika, chlieb, ovocný čaj (1,3)
	Desiata	Kompót	Kompót	Kompót	Kompót
	Obed	0,33l Zemiaková polievka (1,7), 100g Bramborové knedlíky (1,3)	0,33l Kulajda (1,3,7), 100g Bramborové knedlíky se zelím (1,3)	0,33l Kulajda (1,3,7), 100g Bramborové knedlíky se zelím (1,3)	0,33l Kulajda (1,3,7), 100g Bramborové knedlíky se zelím (1,3)
	Olovrant	Slané pečivo (1)	Slané pečivo (1)	Celozrnné sucháre (1)	Slané pečivo (1)
	Večera	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)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Streda 2.10.2024	Raňajky	Pomazánka z olomouckých tvarůžků, rohlík, čierny čaj (1,3,7)	Pomazánka z olomouckých tvarůžků, rohlík, čierny čaj (1,3,7)	Pomazánka z olomouckých tvarůžků, rohlík, čierny čaj (1,3,7)	Pomazánka z olomouckých tvarůžků, rohlík, čierny čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Bramboračka (1), 100g Hovězí maso s koprovkou, karlovarský knedlík (1,3,7)	0,33l Bramboračka (1), 100g Hovězí maso s koprovkou, karlovarský knedlík (1,3,7)	0,33l Bramboračka (1), 100g Hovězí maso s koprovkou, karlovarský knedlík (1,3,7)	0,33l Bramboračka (1), 100g Hovězí maso s koprovkou, karlovarský knedlík (1,3,7)
	Olovrant	Puding (7)	Puding (7)	Dia puding (7)	Dia puding (7)
	Večera	250g Parížsky šalát z jogurtu, rohlík (1,3,7)	250g Parížsky šalát z jogurtu, rohlík (1,3,7)	250g Parížsky šalát z jogurtu, rohlík (1,3,7)	250g Parížsky šalát z jogurtu, rohlík (1,3,7)
	II. večera				Sendvič so šunkou a maslom (1,3,7)
Štvrtok 3.10.2024	Raňajky	Syovo-šunkový tanier, žemľa, bylinkový čaj (1,3,7)	Syovo-šunkový tanier, žemľa, bylinkový čaj (1,3,7)	Syovo-šunkový tanier, žemľa, bylinkový čaj (1,3,7)	Syovo-šunkový tanier, žemľa, bylinkový čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Vývar, pečeňové halušky (1,3,9), 100g Studentský řízek, bramborová kaše (1,3,7)	0,33l Vývar, pečeňové halušky (1,3,9), 100g Studentský řízek, bramborová kaše, tatarská omáčka (1,3,7)	0,33l Vývar, pečeňové halušky (1,3,9), 100g Studentský řízek, bramborová kaše, tatarská omáčka (1,3,7)	0,33l Vývar, pečeňové halušky (1,3,9), 100g Studentský řízek, bramborová kaše, tatarská omáčka (1,3,7)
	Olovrant	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Šúľance so strúhankou (1,3,7)	250g Šúľance s makom (1,3,7)	250g Šúľance s makom (1,3,7)	250g Dia šúľance so strúhankou (1,3,7)
	II. večera				Chlieb so syrom a zeleninou (1,7)

Piatok 4.10.2024	Raňajky	Maková lupučka, kakao (1,3,7)	Maková lupučka, kakao (1,3,7)	Maková lupučka, kakao (1,3,7)	Dia vianočka s maslom, Caro (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Česnečka se sýrem, krutony (1,7), 100g Tvarohové knedlíky s ovocem (1,3,7)	0,33l Česnečka se sýrem, krutony (1,7), 100g Tvarohové knedlíky s ovocem (1,3,7)	0,33l Česnečka se sýrem, krutony (1,7), 100g Tvarohové knedlíky s ovocem (1,3,7)	0,33l Česnečka se sýrem, krutony (1,7), 100g Dia tvarohové knedlíky s ovocem (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 Bramboráky (1,3)	250g Bramboráky (1,3)	250g Bramboráky (1,3)	250g Bramboráky (1,3)
	II. večera				Sendvič so syrovou nátierkou (1,3,7)
Sobota 5.10.2024	Raňajky	Vlašský šalát, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)	Vlašský šalát, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)	Vlašský šalát, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)	Vlašský šalát, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Zeleninová polievka, 100g Mletý rezeň so syrom, zemiaková kaša, uhorkový šalát (1,3,7)	0,33l Valašská kyselica (1,7), 100g Mletý rezeň so syrom, zemiaková kaša, uhorkový šalát (1,3,7)	0,33l Valašská kyselica (1,7), 100g Mletý rezeň so syrom, zemiaková kaša, uhorkový šalát (1,3,7)	0,33l Valašská kyselica (1,7), 100g Mletý rezeň so syrom, zemiaková kaša, uhorkový šalát (1,3,7)
	Olovrant	Tuc krekry (1,3,7)	Tuc krekry (1,3,7)	Tuc krekry (1,3,7)	Tuc krekry (1,3,7)
	Večera	250g Zapekané toasty (1,3,7)	250g Zapekané toasty (1,3,7)	250g Zapekané toasty (1,3,7)	250g Zapekané toasty (1,3,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Nedeľa 6.10.2024	Raňajky	Míchaná vejce, houska, čierny čaj (1,3,7)	Míchaná vejce, houska, čierny čaj (1,3,7)	Míchaná vejce, houska, čierny čaj (1,3,7)	Míchaná vejce, houska, čierny čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Vývar (1,9), 100g Moravský vrabec, varené zemiaky	0,33l Vývar (1,9), 100g Moravský vrabec se zelím, knedlík (1,3,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Moravský vrabec se zelím, knedlík (1,3,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Moravský vrabec se zelím, knedlík (1,3,7)
	Olovrant	Keks (1,3,7)	Keks (1,3,7)	Keks (1,3,7)	Dia keks (1,3,7)
	Večera	250g Obložené chlebičky (1,3,7)	250g Obložené chlebičky (1,3,7)	250g Obložené chlebičky (1,3,7)	250g Obložené chlebičky (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: 26.9.2024

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