

JEDÁLNY LÍSTOK HESTIA n.o. 41. TÝŽDEŇ

Dátum		Dieta č.2/5 Šetriaca	Diéta č.3 Racionálna	Diéta č.8 Redukčná	Diéta č.9 Diabetická
Pondelok 7.10.2024	Raňajky	Vianočka, Caro (1,3,7)	Vianočka, Caro (1,3,7)	Vianočka, Caro (1,3,7)	Dia vianočka, Caro (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Karfiolová mliečna polievka (1,7), 100g Kuracie na smotane s hřibami, cestovina (1,3,7)	0,33l Karfiolová mliečna polievka (1,7), 100g Kuracie na smotane s hřibami, cestovina (1,3,7)	0,33l Karfiolová mliečna polievka (1,7), 100g Kuracie na smotane s hřibami, cestovina (1,3,7)	0,33l Karfiolová mliečna polievka (1,7), 100g Kuracie na smotane s hřibami, cestovina (1,3,7)
	Olovrant	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocný jogurt (7)	Ovocný jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Zapekané zemiaky so syrom, šalát (3,7)	250g Zapekané zemiaky so syrom, šalát (3,7)	250g Zapekané zemiaky so syrom, šalát (3,7)	250g Zapekané zemiaky so syrom, šalát (3,7)
	II. večera				Chlieb s paštétou (1,3)
Utorok 8.10.2024	Raňajky	Tuniaková nátierka, sendvič, jarná cibuľka, ovocný čaj (1,4,7)	Tuniaková nátierka, sendvič, jarná cibuľka, ovocný čaj (1,4,7)	Tuniaková nátierka, sendvič, jarná cibuľka, ovocný čaj (1,4,7)	Tuniaková nátierka, sendvič, jarná cibuľka, ovocný čaj (1,4,7)
	Desiata	Kompót	Kompót	Kompót	Kompót
	Obed	0,33l Paradajková polievka (1), 100g Bravčový guláš, ryža (1)	0,33l Paradajková polievka s kapustou (1), 100g Bravčový guláš, ryža (1)	0,33l Paradajková polievka s kapustou (1), 100g Bravčový guláš, ryža (1)	0,33l Paradajková polievka s kapustou (1), 100g Bravčový guláš, ryža (1)
	Olovrant	Slané pečivo (1)	Slané pečivo (1)	Celozrnné sucháre (1)	Slané pečivo (1)
	Večera	250g Palacinky s džemom (1,3,7)	250g Palacinky s džemom (1,3,7)	250g Palacinky s džemom (1,3,7)	250g Palacinky s Dia džemom (1,3,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Streda 9.10.2024	Raňajky	Obložená grahamová žemľa, čierny čaj (1,3,7)	Obložená grahamová žemľa, čierny čaj (1,3,7)	Obložená grahamová žemľa, čierny čaj (1,3,7)	Obložená grahamová žemľa, čierny čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Vývar (1,9), 100g Koložvarská kapusta, varené zemiaky (7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Koložvarská kapusta, varené zemiaky (7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Koložvarská kapusta, varené zemiaky (7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Koložvarská kapusta, varené zemiaky (7)
	Olovrant	Puding (7)	Puding (7)	Dia puding (7)	Dia puding (7)
	Večera	250g Oškvarková nátierka, chlieb (1)	250g Oškvarková nátierka, chlieb (1)	250g Oškvarková nátierka, chlieb (1)	250g Oškvarková nátierka, chlieb (1)
	II. večera				Sendvič so šunkou a maslom (1,3,7)
Štvrtok 10.10.2024	Raňajky	Treska, rohlík, bylinkový čaj (1,3,4,7)	Treska, rohlík, bylinkový čaj (1,3,4,7)	Treska, rohlík, bylinkový čaj (1,3,4,7)	Treska, rohlík, bylinkový čaj (1,3,4,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Zeleninová polievka (1), 100g Kuracie rizoto, syr, uhorkový šalát (7)	0,33l Fazuľová polievka s údeným mäsom (1,7), 100g Kuracie rizoto, syr, uhorkový šalát (7)	0,33l Fazuľová polievka s údeným mäsom (1,7), 100g Kuracie rizoto, syr, uhorkový šalát (7)	0,33l Fazuľová polievka s údeným mäsom (1,7), 100g Kuracie rizoto, syr, uhorkový šalát (7)
	Olovrant	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Pečené buchty s lekvárom (1,3,7)	250g Pečené buchty s lekvárom (1,3,7)	250g Pečené buchty s lekvárom (1,3,7)	250g Pečené buchty s Dia tvarohom (1,3,7)
	II. večera				Chlieb so syrom a zeleninou (1,7)

Piatok 11.10.2024	Raňajky	Vajíčková nátierka, žemľa, ovocný čaj (1,3,7)	Vajíčková nátierka, žemľa, ovocný čaj (1,3,7)	Vajíčková nátierka, žemľa, ovocný čaj (1,3,7)	Vajíčková nátierka, žemľa, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Demikát (1,7), 100g Grilovaný encián, varené zemiaky, brusnice (1,7)	0,33l Demikát (1,7), 100g Vyprázaný encián, varené zemiaky, tatarská omáčka (1,7)	0,33l Demikát (1,7), 100g Vyprázaný encián, varené zemiaky, tatarská omáčka (1,7)	0,33l Demikát (1,7), 100g Vyprázaný encián, varené zemiaky, tatarská omáčka (1,7)
	Olovrant	Slané pečivo (1,3,7)	Slané pečivo (1,3,7)	Slané pečivo (1,3,7)	Slané pečivo (1,3,7)
	Večera	250g Kuskus so zeleninou, šalát (1,3)	250g Kuskus so zeleninou, šalát (1,3)	250g Kuskus so zeleninou, šalát (1,3)	250g Kuskus so zeleninou, šalát (1,3)
	II. večera				Sendvič so syrovou nátierkou (1,3,7)
Sobota 12.10.2024	Raňajky	Syrovo-salámová nátierka, rohlík, čierny čaj (1,3,7)	Syrovo-salámová nátierka, rohlík, čierny čaj (1,3,7)	Syrovo-salámová nátierka, rohlík, čierny čaj (1,3,7)	Syrovo-salámová nátierka, rohlík, čierny čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Zemiaková polievka s párkom (1), 100g Mexický hovädzí guláš, ryža, mrkvový šalát (1)	0,33l Hrstková polievka s párkom (1), 100g Mexický hovädzí guláš, ryža, kapustovo-mrkvový šalát (1)	0,33l Hrstková polievka s párkom (1), 100g Mexický hovädzí guláš, ryža, kapustovo-mrkvový šalát (1)	0,33l Hrstková polievka s párkom (1), 100g Mexický hovädzí guláš, ryža, kapustovo-mrkvový šalát (1)
	Olovrant	Tuc kreky (1,3,7)	Tuc kreky (1,3,7)	Tuc kreky (1,3,7)	Tuc kreky (1,3,7)
	Večera	250g Krupicová kaša, Granko (1,7)	250g Krupicová kaša, Granko (1,7)	250g Krupicová kaša, Granko (1,7)	250g Dia krupicová kaša, škorica (1,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Nedeľa 13.10.2024	Raňajky	Omeleta so syrom, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Omeleta so syrom, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Omeleta so syrom, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Omeleta so syrom, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Vývar (1,9), 100g Bravčový černoohor, vyrené zemiaky, paradajkovo-uhorkový šalát (1,3,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Bravčový černoohor, vyrené zemiaky, paradajkovo-uhorkový šalát (1,3,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Bravčový černoohor, vyrené zemiaky, paradajkovo-uhorkový šalát (1,3,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Bravčový černoohor, vyrené zemiaky, paradajkovo-uhorkový šalát (1,3,7)
	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 a Bc. Michaela Matiasová

Schválil: Ing. Mgr. Ľubica Kočanová

Dňa: 4.10.2024

