

JEDÁLNY LÍSTOK HESTIA n.o. 44. TÝŽDEŇ

Dátum		Dieta č.2/5 Šetriaca	Diéta č.3 Racionálna	Diéta č.8 Redukčná	Diéta č.9 Diabetická
Pondelok 28.10.2024	Raňajky	Tvarohový koláč, Caro (1,3,7)	Tvarohový koláč, Caro (1,3,7)	Tvarohový koláč, Caro (1,3,7)	Chlieb s maslom a Dia džemom, Caro (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Zemiaková polievka (1), 100g Čevapčiči, varené zemiaky, horčica (1,3,10)	0,33l Kelová sedliacka polievka (1), 100g Čevapčiči, varené zemiaky, horčica, cibuľa (1,3,10)	0,33l Kelová sedliacka polievka (1), 100g Čevapčiči, varené zemiaky, horčica, cibuľa (1,3,10)	0,33l Kelová sedliacka polievka (1), 100g Čevapčiči, varené zemiaky, horčica, cibuľa (1,3,10)
	Olovrant	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocný jogurt (7)	Ovocný jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Zemiakový prívarok, chlieb (1,7)	250g Zemiakový prívarok, chlieb (1,7)	250g Zemiakový prívarok, chlieb (1,7)	250g Zemiakový prívarok, chlieb (1,7)
	II. večera				Chlieb s paštétou (1,3)
Utorok 29.10.2024	Raňajky	Chlieb so syrokrémom, ovocný čaj (1,7)	Cesnakový uzol, ovocný čaj (1,7)	Cesnakový uzol, ovocný čaj (1,7)	Cesnakový uzol, ovocný čaj (1,7)
	Desiata	Kompót	Kompót	Kompót	Kompót
	Obed	0,33l Zeleninová polievka, 100g Bravčové bratislavské, cestovina (1,7)	0,33l Fazuľová polievka so zeleninou (1), 100g Bravčové bratislavské, cestovina (1,7)	0,33l Fazuľová polievka so zeleninou (1), 100g Bravčové bratislavské, cestovina (1,7)	0,33l Fazuľová polievka so zeleninou (1), 100g Bravčové bratislavské, cestovina (1,7)
	Olovrant	Slané pečivo (1)	Slané pečivo (1)	Celozrnné sucháre (1)	Slané pečivo (1)
	Večera	250g Šišky s džemom (1,3,7)	250g Šišky s džemom (1,3,7)	250g Šišky s džemom (1,3,7)	250g Šišky s Dia džemom (1,3,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Streda 30.10.2024	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 Bravčové soté v zemiakovej placke, syr (1,3,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Bravčové soté v zemiakovej placke, syr (1,3,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Bravčové soté v zemiakovej placke, syr (1,3,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Bravčové soté v zemiakovej placke, syr (1,3,7)
	Olovrant	Puding (7)	Puding (7)	Dia puding (7)	Dia puding (7)
	Večera	250g Granadiersky pochod, kyslá uhorka (1)	250g Granadiersky pochod, kyslá uhorka (1)	250g Granadiersky pochod, kyslá uhorka (1)	250g Granadiersky pochod, kyslá uhorka (1)
	II. večera				Sendvič so šunkou a maslom (1,3,7)
Štvrtok 31.10.2024	Raňajky	Šunková pena, sendvič, bylinkový čaj (1,3,7)	Šunková pena, sendvič, bylinkový čaj (1,3,7)	Šunková pena, sendvič, bylinkový čaj (1,3,7)	Šunková pena, sendvič, bylinkový čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Brokolicový krém, krutóny (1,7), 100g Kurací Gordon, ryža, kompót (1,3,7)	0,33l Brokolicový krém, krutóny (1,7), 100g Kurací Gordon, ryža, kompót (1,3,7)	0,33l Brokolicový krém, krutóny (1,7), 100g Kurací Gordon, ryža, kompót (1,3,7)	0,33l Brokolicový krém, krutóny (1,7), 100g Kurací Gordon, ryža, kompót (1,3,7)
	Olovrant	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Čokoládový puding, piškóty, ovocie (1,7)	250g Čokoládový puding, piškóty, ovocie (1,7)	250g Čokoládový puding, piškóty, ovocie (1,7)	250g Dia čokoládový puding, piškóty, ovocie (1,7)
	II. večera				Chlieb so syrom a zeleninou (1,7)

Piatok 1.11.2024	Raňajky	Bryndzová nátierka, cibuľka, rohlík, ovocný čaj (1,3,7)	Bryndzová nátierka, cibuľka, rohlík, ovocný čaj (1,3,7)	Bryndzová nátierka, cibuľka, rohlík, ovocný čaj (1,3,7)	Bryndzová nátierka, cibuľka, rohlík, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Zeleninová polievka (1), 100g Hlivový perkelt, halušky (1,3,7)	0,33l Zeleninová polievka (1), 100g Hlivový perkelt, halušky (1,3,7)	0,33l Zeleninová polievka (1), 100g Hlivový perkelt, halušky (1,3,7)	0,33l Zeleninová polievka (1), 100g Hlivový perkelt, halušky (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 Zapekané zemiaky so špenátom (3,7)	250g Zapekané zemiaky so špenátom (3,7)	250g Zapekané zemiaky so špenátom (3,7)	250g Zapekané zemiaky so špenátom (3,7)
	II. večera				Sendvič so syrovou nátierkou (1,3,7)
Sobota 2.11.2024	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 Paradajková polievka so syrom (1,7), 100g Hovädzí stroganov, ryža (1,7)	0,33l Paradajková polievka so syrom (1,7), 100g Hovädzí stroganov, ryža (1,7)	0,33l Paradajková polievka so syrom (1,7), 100g Hovädzí stroganov, ryža (1,7)	0,33l Paradajková polievka so syrom (1,7), 100g Hovädzí stroganov, ryža (1,7)
	Olovrant	Tuc kreky (1,3,7)	Tuc kreky (1,3,7)	Tuc kreky (1,3,7)	Tuc kreky (1,3,7)
	Večera	250g Podplamenník so slaninou (1,3,7)	250g Podplamenník so slaninou (1,3,7)	250g Podplamenník so slaninou (1,3,7)	250g Podplamenník so slaninou (1,3,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Nedeľa 3.11.2024	Raňajky	Praženica, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Praženica, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Praženica, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Praženica, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Vývar (1,9), 100g Kurací steak, pečené zemiaky, syrová omáčka (1,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Kurací steak, pečené zemiaky, syrová omáčka (1,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Kurací steak, pečené zemiaky, syrová omáčka (1,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Kurací steak, pečené zemiaky, syrová omáčka (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 a Bc. Michaela Matiasová

Schválil: Ing. Mgr. Ľubica Kočanová

Dňa: 24.10.2024

