

JEDÁLNY LÍSTOK HESTIA n.o. 45. TÝŽDEŇ

Dátum		Dieta č.2/5 Šetriaca	Diéta č.3 Racionálna	Diéta č.8 Redukčná	Diéta č.9 Diabetická
Pondelok 4.11.2024	Raňajky	Chlieb s maslom a medom, Caro (1,3,7)	Chlieb s maslom a medom, Caro (1,3,7)	Chlieb s maslom a medom, Caro (1,3,7)	Chlieb s maslom a medom, Caro (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Šošovicová polievka (1,7), 100g Francúzske zemiaky, kyslá uhorka (3,7)	0,33l Šošovicová polievka (1,7), 100g Francúzske zemiaky, kapustový šalát (3,7)	0,33l Šošovicová polievka (1,7), 100g Francúzske zemiaky, kapustový šalát (3,7)	0,33l Šošovicová polievka (1,7), 100g Francúzske zemiaky, kapustový šalát (3,7)
	Olovrant	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocný jogurt (7)	Ovocný jogurt (7)	Biely jogurt (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				Chlieb s paštétou (1,3)
Utorok 5.11.2024	Raňajky	Salámovo-kápiová nátierka, chlieb, ovocný čaj (1,7)	Salámovo-kápiová nátierka, chlieb, ovocný čaj (1,7)	Salámovo-kápiová nátierka, chlieb, ovocný čaj (1,7)	Salámovo-kápiová nátierka, chlieb, ovocný čaj (1,7)
	Desiata	Kompót	Kompót	Kompót	Kompót
	Obed	0,33l Zeleninová polievka s haluškami (1,3), 100g Pangasius na prírodno, restované zemiaky, paradajkový šalát (4)	0,33l Zeleninová polievka s haluškami (1,3), 100g Vyprázaný pangasius v cestíčku, restované zemiaky, paradajkový šalát (1,3,4,7)	0,33l Zeleninová polievka s haluškami (1,3), 100g Vyprázaný pangasius v cestíčku, restované zemiaky, paradajkový šalát (1,3,4,7)	0,33l Zeleninová polievka s haluškami (1,3), 100g Vyprázaný pangasius v cestíčku, restované zemiaky, paradajkový šalát (1,3,4,7)
	Olovrant	Slané pečivo (1)	Slané pečivo (1)	Celozrnné sucháre (1)	Slané pečivo (1)
	Večera	250g Lievance s džemom a čokoládou (1,3,7)	250g Lievance s džemom a čokoládou (1,3,7)	250g Lievance s džemom a čokoládou (1,3,7)	250g Lievance s Dia džemom (1,3,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Streda 6.11.2024	Raňajky	Šunkovo-syrový tanier, grahamová žemľa, zelenina, čierny čaj (1,3,7)	Šunkovo-syrový tanier, grahamová žemľa, zelenina, čierny čaj (1,3,7)	Šunkovo-syrový tanier, grahamová žemľa, zelenina, čierny čaj (1,3,7)	Šunkovo-syrový tanier, grahamová žemľa, zelenina, čierny čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Vývar (1,9), 100g Kuracie plnené nivou, ryža, mrkvový šalát (1,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Kuracie plnené nivou, ryža, mrkvový šalát (1,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Kuracie plnené nivou, ryža, mrkvový šalát (1,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Kuracie plnené nivou, ryža, mrkvový šalát (1,7)
	Olovrant	Puding (7)	Puding (7)	Dia puding (7)	Dia puding (7)
	Večera	250g Cuketové placky (1,3,7)	250g Cuketové placky (1,3,7)	250g Cuketové placky (1,3,7)	250g Cuketové placky (1,3,7)
	II. večera				Sendvič so šunkou a maslom (1,3,7)
Štvrtok 7.11.2024	Raňajky	Šunka v aspiku, rohlík, čierny čaj (1,3,7)	Šunka v aspiku, rohlík, čierny čaj (1,3,7)	Šunka v aspiku, rohlík, čierny čaj (1,3,7)	Šunka v aspiku, rohlík, čierny čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Kalerábová polievka (1), 100g Hovädzie varené, chrenová omáčka, cestovina (1,3,7)	0,33l Kalerábová polievka (1), 100g Hovädzie varené, chrenová omáčka, knedľa (1,3,7)	0,33l Kalerábová polievka (1), 100g Hovädzie varené, chrenová omáčka, knedľa (1,3,7)	0,33l Kalerábová polievka (1), 100g Hovädzie varené, chrenová omáčka, knedľa (1,3,7)
	Olovrant	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Moravský koláč (1,3,7)	250g Moravský koláč (1,3,7)	250g Moravský koláč (1,3,7)	250g Sendvič s maslom a Dia džemom (1,3,7)
	II. večera				Chlieb so syrom a zeleninou (1,7)

Piatok 8.11.2024	Raňajky	Vajíčková nátierka, žemľa, bylinkový čaj (1,3,7)	Vajíčková nátierka, žemľa, bylinkový čaj (1,3,7)	Vajíčková nátierka, žemľa, bylinkový čaj (1,3,7)	Vajíčková nátierka, žemľa, bylinkový čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Hokaido krém, krutóny (1,7), 100g Šúľance so strúhankou (1,3,7)	0,33l Hokaido krém, krutóny (1,7), 100g Šúľance s makom (1,3,7)	0,33l Hokaido krém, krutóny (1,7), 100g Šúľance s makom (1,3,7)	0,33l Hokaido krém, krutóny (1,7), 100g Šúľance s Dia makom (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 Pečená zelenina s bryndzou (7)	250g Pečená zelenina s bryndzou (7)	250g Pečená zelenina s bryndzou (7)	250g Pečená zelenina s bryndzou (7)
	II. večera				Sendvič so syrovou nátierkou (1,3,7)
Sobota 9.11.2024	Raňajky	Tuniaková nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,4,7)	Tuniaková nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,4,7)	Tuniaková nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,4,7)	Tuniaková nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,4,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Rascová polievka s vajcom (1,3), 100g Zemiakový prívarok, sekaná (1,3,7)	0,33l Rascová polievka s vajcom (1,3), 100g Zemiakový prívarok, sekaná (1,3,7)	0,33l Rascová polievka s vajcom (1,3), 100g Zemiakový prívarok, sekaná (1,3,7)	0,33l Rascová polievka s vajcom (1,3), 100g Zemiakový prívarok, sekaná (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 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 10.11.2024	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 Živánska pochúťka, paradajkový šalát	0,33l Vývar (1,9), 100g Živánska pochúťka, kapustový šalát	0,33l Vývar (1,9), 100g Živánska pochúťka, kapustový šalát	0,33l Vývar (1,9), 100g Živánska pochúťka, kapustový šalát
	Olovrant	Keks (1,3,7)	Keks (1,3,7)	Keks (1,3,7)	Dia keks (1,3,7)
	Večera	250g Vianočka s maslom (1,3,7)	250g Vianočka s maslom (1,3,7)	250g Vianočka s maslom (1,3,7)	250g Vianočka s maslom (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: 30.10.2024

