

JEDÁLNY LÍSTOK HESTIA n.o. 48. TÝŽDEŇ

| Dátum | | Dieta č.2/5 Šetriaca | Diéta č.3 Racionálna | Diéta č.8 Redukčná | Diéta č.9 Diabetická |
|---------------------|------------|---|---|---|---|
| Pondelok 25.11.2024 | Raňajky | Sendvič s maslom a medom, Caro (1,3,7) | Sendvič s maslom a medom, Caro (1,3,7) | Sendvič s maslom a medom, Caro (1,3,7) | Sendvič s maslom a medom, Caro (1,3,7) |
| | Desiata | Ovocie bez šupky a jadier | Ovocie | Ovocie | Ovocie |
| | Obed | 0,33l Frankfurtská polievka (1), 100g Zemiakový prívarok, fašírka, chlieb (1,3,7) | 0,33l Frankfurtská polievka (1), 100g Zemiakový prívarok, fašírka, chlieb (1,3,7) | 0,33l Frankfurtská polievka (1), 100g Zemiakový prívarok, fašírka, chlieb (1,3,7) | 0,33l Frankfurtská polievka (1), 100g Zemiakový prívarok, fašírka, chlieb (1,3,7) |
| | Olovrant | Ovocie bez šupky a jadier | Ovocný jogurt (7) | Ovocný jogurt (7) | Biely jogurt (7) |
| | Večera | 250g Zapekaná zelenina so syrom (3,7) | 250g Zapekaná zelenina so syrom (3,7) | 250g Zapekaná zelenina so syrom (3,7) | 250g Zapekaná zelenina so syrom (3,7) |
| | II. večera | | | | Chlieb s paštétou (1,3) |
| Utorok 26.11.2024 | Raňajky | Sendvič s paštétou, paradajka, ovocný čaj (1,3,4,7) | Sendvič s paštétou, paradajka, ovocný čaj (1,3,4,7) | Sendvič s paštétou, paradajka, ovocný čaj (1,3,4,7) | Sendvič s paštétou, paradajka, ovocný čaj (1,3,4,7) |
| | Desiata | Kompót | Kompót | Kompót | Kompót |
| | Obed | 0,33l Sedliacka zemiaková polievka (1,7), 100g Bravčové nitrianske, cestovina (1,7) | 0,33l Sedliacka zemiaková polievka (1,7), 100g Bravčové nitrianske, cestovina (1,7) | 0,33l Sedliacka zemiaková polievka (1,7), 100g Bravčové nitrianske, cestovina (1,7) | 0,33l Sedliacka zemiaková polievka (1,7), 100g Bravčové nitrianske, cestovina (1,7) |
| | Olovrant | Slané pečivo (1) | Slané pečivo (1) | Celozrnné sucháre (1) | Slané pečivo (1) |
| | Večera | 250g Slivkové guľky, strúhanka (1,3,7) | 250g Slivkové guľky, strúhanka (1,3,7) | 250g Slivkové guľky, strúhanka (1,3,7) | 250g Slivkové guľky s Dia sladidlom, strúhanka (1,3,7) |
| | II. večera | | | | Biely jogurt (7) |
| Streda 27.11.2024 | Raňajky | Obložený grahamový rohlík, čierny čaj (1,3,7) | Obložený grahamový rohlík, čierny čaj (1,3,7) | Obložený grahamový rohlík, čierny čaj (1,3,7) | Obložený grahamový rohlík, čierny čaj (1,3,7) |
| | Desiata | Ovocie bez šupky a jadier | Ovocie | Ovocie | Ovocie |
| | Obed | 0,33l Vývar (1,9), 100g Kuracie v cestíčku, restované zemiaky, coleslaw (1,3,7) | 0,33l Vývar (1,9), 100g Kuracie v cestíčku, restované zemiaky, coleslaw (1,3,7) | 0,33l Vývar (1,9), 100g Kuracie v cestíčku, restované zemiaky, coleslaw (1,3,7) | 0,33l Vývar (1,9), 100g Kuracie v cestíčku, restované zemiaky, coleslaw (1,3,7) |
| | Olovrant | Puding (7) | Puding (7) | Dia puding (7) | Dia puding (7) |
| | Večera | 250g Zeleninový nákyp (3,7) | 250g Zeleninový nákyp (3,7) | 250g Zeleninový nákyp (3,7) | 250g Zeleninový nákyp (3,7) |
| | II. večera | | | | Sendvič so šunkou a maslom (1,3,7) |
| Štvrtok 28.11.2024 | Raňajky | Vajíčkový šalát, rohlík, bylinkový čaj (1,3,7) | Vajíčkový šalát, rohlík, bylinkový čaj (1,3,7) | Vajíčkový šalát, rohlík, bylinkový čaj (1,3,7) | Vajíčkový šalát, rohlík, bylinkový čaj (1,3,7) |
| | Desiata | Ovocie bez šupky a jadier | Ovocie | Ovocie | Ovocie |
| | Obed | 0,33l Zeleninová polievka so závlakou (1), 100g Hovädzie varené, kôprová omáčka, knedľa (1,3,7) | 0,33l Zeleninová polievka so závlakou (1), 100g Hovädzie varené, kôprová omáčka, knedľa (1,3,7) | 0,33l Zeleninová polievka so závlakou (1), 100g Hovädzie varené, kôprová omáčka, knedľa (1,3,7) | 0,33l Zeleninová polievka so závlakou (1), 100g Hovädzie varené, kôprová omáčka, knedľa (1,3,7) |
| | Olovrant | Biely jogurt (7) | Biely jogurt (7) | Biely jogurt (7) | Biely jogurt (7) |
| | Večera | 250g Lievance s džemom (1,3,7) | 250g Lievance s džemom (1,3,7) | 250g Lievance s džemom (1,3,7) | 250g Lievance s Dia džemom (1,3,7) |
| | II. večera | | | | Chlieb so syrom a zeleninou (1,7) |

| | | | | | |
|-------------------|-------------------|--|--|--|--|
| Piatok 29.11.2024 | Raňajky | Chlieb so syrokrémom, zelenina, ovocný čaj (1,3,7) | Chlieb so syrokrémom, zelenina, ovocný čaj (1,3,7) | Chlieb so syrokrémom, zelenina, ovocný čaj (1,3,7) | Chlieb so syrokrémom, zelenina, ovocný čaj (1,3,7) |
| | Desiata | Ovocie bez šupky a jadier | Ovocie | Ovocie | Ovocie |
| | Obed | 0,33l Fazuľová polievka so zeleninou (1), 100g Špenátové halušky, syrová omáčka (1,3,7) | 0,33l Fazuľová polievka so zeleninou (1), 100g Špenátové halušky, syrová omáčka (1,3,7) | 0,33l Fazuľová polievka so zeleninou (1), 100g Špenátové halušky, syrová omáčka (1,3,7) | 0,33l Fazuľová polievka so zeleninou (1), 100g Špenátové halušky, syrová omáčka (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 Kapustové fľačky (1) | 250g Kapustové fľačky (1) | 250g Kapustové fľačky (1) | 250g Kapustové fľačky (1) |
| | II. večera | | | | Sendvič so syrovou nátierkou (1,3,7) |
| Sobota 30.11.2024 | Raňajky | Salámová nátierka, sendvič, čierny čaj (1,3,7) | Salámová nátierka, sendvič, čierny čaj (1,3,7) | Salámová nátierka, sendvič, čierny čaj (1,3,7) | Salámová nátierka, sendvič, čierny čaj (1,3,7) |
| | Desiata | Ovocie bez šupky a jadier | Ovocie | Ovocie | Ovocie |
| | Obed | 0,33l Paradajková polievka s kapustou (1), 100g Bravčové belehradské, slovenská ryža (1) | 0,33l Paradajková polievka s kapustou (1), 100g Bravčové belehradské, slovenská ryža (1) | 0,33l Paradajková polievka s kapustou (1), 100g Bravčové belehradské, slovenská ryža (1) | 0,33l Paradajková polievka s kapustou (1), 100g Bravčové belehradské, slovenská ryža (1) |
| | Olovrant | Tuc krekry (1,3,7) | Tuc krekry (1,3,7) | Tuc krekry (1,3,7) | Tuc krekry (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 1.12.2024 | Raňajky | Omeleta so syrom, sendvič, ovocný čaj (1,3,7) | Omeleta so syrom, sendvič, ovocný čaj (1,3,7) | Omeleta so syrom, sendvič, ovocný čaj (1,3,7) | Omeleta so syrom, sendvič, ovocný čaj (1,3,7) |
| | Desiata | Ovocie bez šupky a jadier | Ovocie | Ovocie | Ovocie |
| | Obed | 0,33l Vývar (1,9), 100g Bravčový paprikáš, halušky (1,3,7) | 0,33l Vývar (1,9), 100g Bravčová cigánska, ryža, uhorkový šalát | 0,33l Vývar (1,9), 100g Bravčová cigánska, ryža, uhorkový šalát | 0,33l Vývar (1,9), 100g Bravčová cigánska, ryža, uhorkový šalát |
| | Olovrant | Keks (1,3,7) | Keks (1,3,7) | Keks (1,3,7) | Dia keks (1,3,7) |
| | Večera | 250g Obložený chlieb (1,3,7) | 250g Obložený chlieb (1,3,7) | 250g Obložený chlieb (1,3,7) | 250g Obložený chlieb (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: 22.11.2024

