

JEDÁLNY LÍSTOK HESTIA n.o. 49. TÝŽDEŇ

Dátum		Dieta č.2/5 Šetriaca	Diéta č.3 Racionálna	Diéta č.8 Redukčná	Diéta č.9 Diabetická
Pondelok 2.12.2024	Raňajky	Orechový koláč, Caro (1,3,7)	Orechový koláč, Caro (1,3,7)	Orechový koláč, Caro (1,3,7)	Vianočka s maslom, Caro (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Sedliacka šošovicová polievka (1), 100g Špagety Bolognese, syr (1,7)	0,33l Sedliacka šošovicová polievka (1), 100g Špagety Bolognese, syr (1,7)	0,33l Sedliacka šošovicová polievka (1), 100g Špagety Bolognese, syr (1,7)	0,33l Sedliacka šošovicová polievka (1), 100g Špagety Bolognese, syr (1,7)
	Olovrant	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocný jogurt (7)	Ovocný jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Zeleninové rizoto, čalamáda (9)	250g Zeleninové rizoto, čalamáda (9)	250g Zeleninové rizoto, čalamáda (9)	250g Zeleninové rizoto, čalamáda (9)
	II. večera				Chlieb s paštétou (1,3)
Utorok 3.12.2024	Raňajky	Tuniaková pena, sendvič, ovocný čaj (1,3,4,7)	Tuniaková pena, sendvič, ovocný čaj (1,3,4,7)	Tuniaková pena, sendvič, ovocný čaj (1,3,4,7)	Tuniaková pena, sendvič, ovocný čaj (1,3,4,7)
	Desiata	Kompót	Kompót	Kompót	Kompót
	Obed	0,33l Kelová polievka s párkom (1), 100g Kuracia čína, ryžové rezance (9,10,12)	0,33l Kelová polievka s párkom (1), 100g Kuracia čína, ryžové rezance (9,10,12)	0,33l Kelová polievka s párkom (1), 100g Kuracia čína, ryžové rezance (9,10,12)	0,33l Kelová polievka s párkom (1), 100g Kuracia čína, ryžové rezance (9,10,12)
	Olovrant	Slané pečivo (1)	Slané pečivo (1)	Celozrnné sucháre (1)	Slané pečivo (1)
	Večera	250g Šúľance s makom (1,3,7)	250g Šúľance s makom (1,3,7)	250g Šúľance s makom (1,3,7)	250g Šúľance so strúhankou a Dia sladidlom (1,3,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Streda 4.12.2024	Raňajky	Šunkovo-kápiová nátierka, sendvič, čierny čaj (1,3,7)	Šunkovo-kápiová nátierka, grahamová zemľa, čierny čaj (1,3,7)	Šunkovo-kápiová nátierka, grahamová zemľa, čierny čaj (1,3,7)	Šunkovo-kápiová nátierka, grahamová zemľa, čierny čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Vývar (1,9), 100g Furmanské halušky (1,3,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Furmanské halušky (1,3,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Furmanské halušky (1,3,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Furmanské halušky (1,3,7)
	Olovrant	Puding (7)	Puding (7)	Dia puding (7)	Dia puding (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				Sendvič so šunkou a maslom (1,3,7)
Štvrtok 5.12.2024	Raňajky	Syrov-zeleninová roláda, zelenina, sendvič, bylinkový čaj (1,3,7)	Syrov-zeleninová roláda, zelenina, sendvič, bylinkový čaj (1,3,7)	Syrov-zeleninová roláda, zelenina, sendvič, bylinkový čaj (1,3,7)	Syrov-zeleninová roláda, zelenina, sendvič, bylinkový čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Pórová polievka so zemiakmi (1), 100g Sviečková, knedľa (1,3,7)	0,33l Pórová polievka so zemiakmi (1), 100g Sviečková, knedľa (1,3,7)	0,33l Pórová polievka so zemiakmi (1), 100g Sviečková, knedľa (1,3,7)	0,33l Pórová polievka so zemiakmi (1), 100g Sviečková, knedľa (1,3,7)
	Olovrant	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Pečené buchty (1,3,7)	250g Pečené buchty (1,3,7)	250g Pečené buchty (1,3,7)	250g Pečené buchty s Dia džemom (1,3,7)
	II. večera				Chlieb so syrom a zeleninou (1,7)

Piatok 6.12.2024	Raňajky	Bryndzová nátierka, cibulka, chlieb, čierny čaj (1,3,7)	Bryndzová nátierka, cibulka, chlieb, čierny čaj (1,3,7)	Bryndzová nátierka, cibulka, chlieb, čierny čaj (1,3,7)	Bryndzová nátierka, cibulka, chlieb, čierny čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Kulajda (1,3,7), 100g Vyprážený karfiol, zemiaky, tatarská omáčka (1,3,7)	0,33l Kulajda (1,3,7), 100g Vyprážený karfiol, zemiaky, tatarská omáčka (1,3,7)	0,33l Kulajda (1,3,7), 100g Vyprážený karfiol, zemiaky, tatarská omáčka (1,3,7)	0,33l Kulajda (1,3,7), 100g Vyprážený karfiol, zemiaky, tatarská 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 Zeleninová omeleta, sendvič (1,3,7)	250g Zeleninová omeleta, sendvič (1,3,7)	250g Zeleninová omeleta, sendvič (1,3,7)	250g Zeleninová omeleta, sendvič (1,3,7)
	II. večera				Sendvič so syrovou nátierkou (1,3,7)
Sobota 7.12.2024	Raňajky	Obložený rohlík, zelenina, ovocný čaj (1,3,7)	Obložený rohlík, zelenina, ovocný čaj (1,3,7)	Obložený rohlík, zelenina, ovocný čaj (1,3,7)	Obložený rohlík, zelenina, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Fazuľová polievka (1), 100g Morčacie na divoko, ryža, (9)	0,33l Fazuľová polievka (1), 100g Morčacie na divoko, ryža, (9)	0,33l Fazuľová polievka (1), 100g Morčacie na divoko, ryža, (9)	0,33l Fazuľová polievka (1), 100g Morčacie na divoko, ryža, (9)
	Olovrant	Tuc krekry (1,3,7)	Tuc krekry (1,3,7)	Tuc krekry (1,3,7)	Tuc krekry (1,3,7)
	Večera	250g Šunkovo-syrová pizza (1,7)	250g Šunkovo-syrová pizza (1,7)	250g Šunkovo-syrová pizza (1,7)	250g Šunkovo-syrová pizza (1,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Nedeľa 8.12.2024	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 Obrátený bravčový rezeň, zemiaková kaša (3,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Obrátený bravčový rezeň, zemiaková kaša (3,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Obrátený bravčový rezeň, zemiaková kaša (3,7)	0,33l Vývar (1,9), 100g Obrátený bravčový rezeň, zemiaková kaša (3,7)
	Olovrant	Keks (1,3,7)	Keks (1,3,7)	Keks (1,3,7)	Dia keks (1,3,7)
	Večera	250g Jablková štrúdľa (1,3,7)	250g Jablková štrúdľa (1,3,7)	250g Jablková štrúdľa (1,3,7)	250g Sendvič s Dia džemom a 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: 29.11.2024

