

JEDÁLNY LÍSTOK HESTIA n.o. 13. TÝŽDEŇ

Dátum		Dieta č.2/5 Šetriaca	Diéta č.3 Racionálna	Diéta č.8 Redukčná	Diéta č.9 Diabetická
Pondelok 24.3.2025	Raňajky	Krupicová kaša s Grankom, Caro (1,7)	Krupicová kaša s Grankom, Caro (1,7)	Krupicová kaša s Grankom, Caro (1,7)	Krupicová kaša so škoricom, Caro (1,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Frankfurtská polievka so zemiakmi, 100g Kuracia čína, ryža, šalát (8)	0,33l Frankfurtská polievka so zemiakmi, 100g Kuracia čína, ryža, šalát (8)	0,33l Frankfurtská polievka so zemiakmi, 100g Kuracia čína, ryža, šalát (8)	0,33l Frankfurtská polievka so zemiakmi, 100g Kuracia čína, ryža, šalát (8)
	Olovrant	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocný jogurt (7)	Ovocný jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Pečeňový syr, chlieb (1,3,7)	250g Pečeňový syr, chlieb (1,3,7)	250g Pečeňový syr, chlieb (1,3,7)	250g Pečeňový syr, chlieb (1,3,7)
	II. večera				Chlieb s paštétou (1,3)
Utorok 25.3.2025	Raňajky	Bryndzová nátierka, chlieb, čierny čaj (1,3,7)	Bryndzová nátierka, chlieb, čierny čaj (1,3,7)	Bryndzová nátierka, chlieb, čierny čaj (1,3,7)	Bryndzová nátierka, chlieb, čierny čaj (1,3,7)
	Desiata	Kompót	Kompót	Kompót	Kompót
	Obed	0,33l Šampiňónová polievka na paprike so zemiakmi (9), 100g Bravčové soté, zemiakové placky (1,3,7)	0,33l Šampiňónová polievka na paprike so zemiakmi (9), 100g Bravčové soté, zemiakové placky (1,3,7)	0,33l Šampiňónová polievka na paprike so zemiakmi (9), 100g Bravčové soté, zemiakové placky (1,3,7)	0,33l Šampiňónová polievka na paprike so zemiakmi (9), 100g Bravčové soté, zemiakové placky (1,3,7)
	Olovrant	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)
	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				Biely jogurt (7)
Streda 26.3.2025	Raňajky	Obložená zemľa, ovocný čaj (1,3,7)	Obložená zemľa, ovocný čaj (1,3,7)	Obložená zemľa, ovocný čaj (1,3,7)	Obložená zemľa, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Hrášková polievka s mrkvou, 100g Vyprázané rybie filé, zemiakový šalát (1,3,4,7)	0,33l Hrášková polievka s mrkvou, 100g Vyprázané rybie filé, zemiakový šalát (1,3,4,7)	0,33l Hrášková polievka s mrkvou, 100g Vyprázané rybie filé, zemiakový šalát (1,3,4,7)	0,33l Hrášková polievka s mrkvou, 100g Vyprázané rybie filé, zemiakový šalát (1,3,4,7)
	Olovrant	Puding (7)	Puding (7)	Dia puding (7)	Dia puding (7)
	Večera	250g Párky, horčica, chlieb (1,3,10)	250g Párky, horčica, chlieb (1,3,10)	250g Párky, horčica, chlieb (1,3,10)	250g Párky, horčica, chlieb (1,3,10)
	II. večera				Sendvič so šunkou a maslom (1,3,7)
Štvrtok 27.3.2025	Raňajky	Sendvič s paštétou, čierny čaj (1,3)	Sendvič s paštétou, čierny čaj (1,3)	Sendvič s paštétou, čierny čaj (1,3)	Sendvič s paštétou, čierny čaj (1,3)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Sedliacka zemiaková polievka, 100g Kelový prívarok, bravčové dusené, chlieb (1,3)	0,33l Sedliacka zemiaková polievka, 100g Kelový prívarok, bravčové dusené, chlieb (1,3)	0,33l Sedliacka zemiaková polievka, 100g Kelový prívarok, bravčové dusené, chlieb (1,3)	0,33l Sedliacka zemiaková polievka, 100g Kelový prívarok, bravčové dusené, chlieb (1,3)
	Olovrant	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Zeleninové rizoto so syrom, kyslá uhorka (7)	250g Zeleninové rizoto so syrom, kyslá uhorka (7)	250g Zeleninové rizoto so syrom, kyslá uhorka (7)	250g Zeleninové rizoto so syrom, kyslá uhorka (7)
	II. večera				Chlieb so syrom a zeleninou (1,7)

Piatok 28.3.2025	Raňajky	Tvarohová nátierka s mrkvou, žemľa, ovocný čaj (1,3,7)	Tvarohová nátierka s mrkvou, žemľa, ovocný čaj (1,3,7)	Tvarohová nátierka s mrkvou, žemľa, ovocný čaj (1,3,7)	Tvarohová nátierka s mrkvou, žemľa, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Rascová polievka s vajíčkom (1,3), 100g Slivkové guľky so strúhankou (1,3,7)	0,33l Rascová polievka s vajíčkom (1,3), 100g Slivkové guľky so strúhankou (1,3,7)	0,33l Rascová polievka s vajíčkom (1,3), 100g Slivkové guľky so strúhankou (1,3,7)	0,33l Rascová polievka s vajíčkom (1,3), 100g Slivkové guľky so strúhankou (1,3,7)
	Olovrant	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)
	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				Sendvič so syrovou nátierkou (1,3,7)
Sobota 29.3.2025	Raňajky	Cesnaková nátierka s pažitkou, rohlík, ovocný čaj (1,3,7)	Cesnaková nátierka s pažitkou, rohlík, ovocný čaj (1,3,7)	Cesnaková nátierka s pažitkou, rohlík, ovocný čaj (1,3,7)	Cesnaková nátierka s pažitkou, rohlík, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Fazuľová polievka na kyslo (1,7,12), 100g Francúzske zemiaky, cvikla (3,7)	0,33l Fazuľová polievka na kyslo (1,7,12), 100g Francúzske zemiaky, cvikla (3,7)	0,33l Fazuľová polievka na kyslo (1,7,12), 100g Francúzske zemiaky, cvikla (3,7)	0,33l Fazuľová polievka na kyslo (1,7,12), 100g Francúzske zemiaky, cvikla (3,7)
	Olovrant	Mliečny dezert (7)	Mliečny dezert (7)	Mliečny dezert (7)	Mliečny dezert (7)
	Večera	250g Lečo s vajíčkom, sendvič (1,3,7)	250g Lečo s vajíčkom, sendvič (1,3,7)	250g Lečo s vajíčkom, sendvič (1,3,7)	250g Lečo s vajíčkom, sendvič (1,3,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Nedeľa 30.3.2025	Raňajky	Chlieb vo vajci, bylinkový čaj (1,3)	Chlieb vo vajci, bylinkový čaj (1,3)	Chlieb vo vajci, bylinkový čaj (1,3)	Chlieb vo vajci, bylinkový čaj (1,3)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Vývar s pečeňovými haluškami (1,3,9), 100g Bravčový rezeň, zemiaková kaša, tzatziki (1,3,7,12)	0,33l Vývar s pečeňovými haluškami (1,3,9), 100g Bravčový rezeň, zemiaková kaša, tzatziki (1,3,7,12)	0,33l Vývar s pečeňovými haluškami (1,3,9), 100g Bravčový rezeň, zemiaková kaša, tzatziki (1,3,7,12)	0,33l Vývar s pečeňovými haluškami (1,3,9), 100g Bravčový rezeň, zemiaková kaša, tzatziki (1,3,7,12)
	Olovrant	Keks (1,3,7)	Keks (1,3,7)	Keks (1,3,7)	Dia keks (1,3,7)
	Večera	250g Višňovo-tvarohová štrúdlá (1,3,7)	250g Višňovo-tvarohová štrúdlá (1,3,7)	250g Višňovo-tvarohová štrúdlá (1,3,7)	250g Višňovo-tvarohová štrúdlá (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: Mária Bachová a Bc. Michaela Matiasová

Schválil: Ing. Mgr. Ľubica Kočanová

Dňa: 21.3.2025

