

JEDÁLNY LÍSTOK HESTIA n.o. 31. TÝŽDEŇ

Dátum		Diéta č.2/5 Šetriaca	Diéta č.3 Racionálna	Diéta č.8 Redukčná	Diéta č.9 Diabetická
Pondelok 28.7.2025	Raňajky	Moravský koláč, Granko (1,3,7)	Moravský koláč, Granko (1,3,7)	Moravský koláč, Granko (1,3,7)	Chlieb s maslom, Caro (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Šošovicová polievka na kyslo (1,7,9,12), 100g Bravčové rizoto, kapustovo-mrkvový šalát (7,9,12)	0,33l Šošovicová polievka na kyslo (1,7,9,12), 100g Bravčové rizoto, kapustovo-mrkvový šalát (7,9,12)	0,33l Šošovicová polievka na kyslo (1,7,9,12), 100g Bravčové rizoto, kapustovo-mrkvový šalát (7,9,12)	0,33l Šošovicová polievka na kyslo (1,7,9,12), 100g Bravčové rizoto, kapustovo-mrkvový šalát (7,9,12)
	Olovrant	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocný jogurt (7)	Ovocný jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Gnocchi so zeleninovou omáčkou (1,3,9)			
	II. večera				Chlieb s paštétou (1,3)
Utorok 29.7.2025	Raňajky	Šunková pena, sendvič, čierny čaj (1,3)			
	Desiata	Kompót	Kompót	Kompót	Kompót
	Obed	0,33l Brokolicový krém, krutóny (1,3,7,9), 100g Zeleninové lasagne (1,3,7,9)	0,33l Brokolicový krém, krutóny (1,3,7,9), 100g Zeleninové lasagne (1,3,7,9)	0,33l Brokolicový krém, krutóny (1,3,7,9), 100g Zeleninové lasagne (1,3,7,9)	0,33l Brokolicový krém, krutóny (1,3,7,9), 100g Zeleninové lasagne (1,3,7,9)
	Olovrant	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)
	Večera	250g Podplamenník s bryndzou a cibuľkou (1,3,7,9)			
	II. večera				Biely jogurt (7)
Streda 30.7.2025	Raňajky	Oškvarková nátierka, chlieb, bylinkový čaj (1,3)			
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Frankfurtská polievka (1,9), 100g Kuracia roláda (špenát, syr, slanina), pečené rozmarínové zemiaky, prírodná omáčka (7,9)	0,33l Frankfurtská polievka (1,9), 100g Kuracia roláda (špenát, syr, slanina), pečené rozmarínové zemiaky, prírodná omáčka (7,9)	0,33l Frankfurtská polievka (1,9), 100g Kuracia roláda (špenát, syr, slanina), pečené rozmarínové zemiaky, prírodná omáčka (7,9)	0,33l Frankfurtská polievka (1,9), 100g Kuracia roláda (špenát, syr, slanina), pečené rozmarínové zemiaky, prírodná omáčka (7,9)
	Olovrant	Puding (7)	Puding (7)	Dia puding (7)	Dia puding (7)
	Večera	250g Pizza slimáky (1,3,7)			
	II. večera				Sendvič so šunkou a maslom (1,3,7)
Štvrtok 31.7.2025	Raňajky	Cesnakovo-nivová nátierka, žemľa, čierny čaj (1,3,7)			
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Karfiolová polievka s mrkvou (9), 100g Tekvicový prívarok, bravčové dusené, knedľa (1,3,7,9)	0,33l Karfiolová polievka s mrkvou (9), 100g Tekvicový prívarok, bravčové dusené, knedľa (1,3,7,9)	0,33l Karfiolová polievka s mrkvou (9), 100g Tekvicový prívarok, bravčové dusené, knedľa (1,3,7,9)	0,33l Karfiolová polievka s mrkvou (9), 100g Tekvicový prívarok, bravčové dusené, knedľa (1,3,7,9)
	Olovrant	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Zemiakové placky s párkom (1,3,7)			
	II. večera				Chlieb so syrom a zeleninou (1,7)

<b>Piatok 1.8.2025</b>	<b>Raňajky</b>	Kačacie paté, jarná cibuľka, chlieb, bylínkový čaj (1,3,7,9)	Kačacie paté, jarná cibuľka, chlieb, bylínkový čaj (1,3,7,9)	Kačacie paté, jarná cibuľka, chlieb, bylínkový čaj (1,3,7,9)	Kačacie paté, jarná cibuľka, chlieb, bylínkový čaj (1,3,7,9)
	<b>Desiata</b>	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	<b>Obed</b>	0,33l Lusková polievka so zemiakmi na kyslo (1,9,12), 100g Rybacie guľky, syrová omáčka, zemiaková kaša (1,3,4,7)	0,33l Lusková polievka so zemiakmi na kyslo (1,9,12), 100g Rybacie guľky, syrová omáčka, zemiaková kaša (1,3,4,7)	0,33l Lusková polievka so zemiakmi na kyslo (1,9,12), 100g Rybacie guľky, syrová omáčka, zemiaková kaša (1,3,4,7)	0,33l Lusková polievka so zemiakmi na kyslo (1,9,12), 100g Rybacie guľky, syrová omáčka, zemiaková kaša (1,3,4,7)
	<b>Olovrant</b>	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)
	<b>Večera</b>	250g Cestoviny s grilovanou zeleninou (1,3,9)			
	<b>II. večera</b>				Sendvič so syrovou nátierkou (1,3,7)
<b>Sobota 2.8.2025</b>	<b>Raňajky</b>	Tvarohovo-mrkvová nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)			
	<b>Desiata</b>	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	<b>Obed</b>	0,33l Zelerová polievka (9), 100g Morčacie soté, ružičkový kel, ryžové rezance (9)	0,33l Zelerová polievka (9), 100g Morčacie soté, ružičkový kel, ryžové rezance (9)	0,33l Zelerová polievka (9), 100g Morčacie soté, ružičkový kel, ryžové rezance (9)	0,33l Zelerová polievka (9), 100g Morčacie soté, ružičkový kel, ryžové rezance (9)
	<b>Olovrant</b>	Mliečny dezert (7)	Mliečny dezert (7)	Mliečny dezert (7)	Mliečny dezert (7)
	<b>Večera</b>	250g Bryndzové pirohy, kyslá smotana, slanina (1,3,7)			
	<b>II. večera</b>				Biely jogurt (7)
<b>Nedeľa 3.8.2025</b>	<b>Raňajky</b>	Omeleta so šunkou, rohlík, čierny čaj (1,3)			
	<b>Desiata</b>	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	<b>Obed</b>	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Bravčová cigánska, ryža, cvikla (8,9,12)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Bravčová cigánska, ryža, cvikla (8,9,12)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Bravčová cigánska, ryža, cvikla (8,9,12)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Bravčová cigánska, ryža, cvikla (8,9,12)
	<b>Olovrant</b>	Keks (1,3,7)	Keks (1,3,7)	Keks (1,3,7)	Dia keks (1,3,7)
	<b>Večera</b>	250g Pečené buchty s lekvárom (1,3,7)	250g Pečené buchty s lekvárom (1,3,7)	250g Pečené buchty s lekvárom (1,3,7)	250g Pečené buchty s Dia lekvárom (1,3,7)
	<b>II. večera</b>				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: 25.7.2025

