

JEDÁLNY LÍSTOK HESTIA n.o. 8. TÝŽDEŇ

Dátum		Diéta č.2/5 Šetriaca	Diéta č.3 Racionálna	Diéta č.8 Redukčná	Diéta č.9 Diabetická
Pondelok 16.2.2026	Raňajky	Bábovka, kakao (1,3,7)	Bábovka, kakao (1,3,7)	Bábovka, kakao (1,3,7)	Chlieb s maslom a medom, Caro (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Frankfurtská polievka (1,9), 100g Bryndzové halušky s cibuľkou (1,3,7,9)	0,33l Frankfurtská polievka (1,9), 100g Bryndzové halušky s cibuľkou (1,3,7,9)	0,33l Frankfurtská polievka (1,9), 100g Bryndzové halušky s cibuľkou (1,3,7,9)	0,33l Frankfurtská polievka (1,9), 100g Bryndzové halušky s cibuľkou (1,3,7,9)
	Olovrant	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocný jogurt (7)	Ovocný jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Puding s ovocím (7)	250g Puding s ovocím (7)	250g Puding s ovocím (7)	250g Dia puding (7)
	II. večera				Chlieb s paštétou (1,3)
Utorok 17.2.2026	Raňajky	Cviklová nátierka s feta syrom, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Cviklová nátierka s feta syrom, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Cviklová nátierka s feta syrom, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Cviklová nátierka s feta syrom, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Kompót	Kompót	Kompót	Kompót
	Obed	0,33l Zeleninová polievka (9), 100g Sviečková na smotane, knedľa (1,3,7,9,10,12)	0,33l Zeleninová polievka (9), 100g Sviečková na smotane, knedľa (1,3,7,9,10,12)	0,33l Zeleninová polievka (9), 100g Sviečková na smotane, knedľa (1,3,7,9,10,12)	0,33l Zeleninová polievka (9), 100g Sviečková na smotane, knedľa (1,3,7,9,10,12)
	Olovrant	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)
	Večera	250g Tvarohové rezance so slaninou (1,3,7)	250g Tvarohové rezance so slaninou (1,3,7)	250g Tvarohové rezance so slaninou (1,3,7)	250g Tvarohové rezance so slaninou (1,3,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Streda 18.2.2026	Raňajky	Cesnakovo-syrová nátierka, rohlík, bylinkový čaj (1,3,7)	Cesnakovo-syrová nátierka, rohlík, bylinkový čaj (1,3,7)	Cesnakovo-syrová nátierka, rohlík, bylinkový čaj (1,3,7)	Cesnakovo-syrová nátierka, rohlík, bylinkový čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Hrachová polievka (1,9), 100g Zemiakový prívarok, vajíčko, chlieb (1,3,7,12)	0,33l Hrachová polievka (1,9), 100g Zemiakový prívarok, vajíčko, chlieb (1,3,7,12)	0,33l Hrachová polievka (1,9), 100g Zemiakový prívarok, vajíčko, chlieb (1,3,7,12)	0,33l Hrachová polievka (1,9), 100g Zemiakový prívarok, vajíčko, chlieb (1,3,7,12)
	Olovrant	Puding (7)	Puding (7)	Dia puding (7)	Dia puding (7)
	Večera	250g Dukátové buchtičky, vanilkový krém (1,3,7)	250g Dukátové buchtičky, vanilkový krém (1,3,7)	250g Dukátové buchtičky, vanilkový krém (1,3,7)	250g Dukátové buchtičky, Dia vanilkový krém (1,3,7)
	II. večera				Sendvič so šunkou a maslom (1,3,7)
Štvrtok 19.2.2026	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 Čínska zeleninová polievka s tofu (6,7,9,12), 100g Morčacie stehno so špargľou, ryža	0,33l Čínska zeleninová polievka s tofu (6,7,9,12), 100g Morčacie stehno so špargľou, ryža	0,33l Čínska zeleninová polievka s tofu (6,7,9,12), 100g Morčacie stehno so špargľou, ryža	0,33l Čínska zeleninová polievka s tofu (6,7,9,12), 100g Morčacie stehno so špargľou, ryža
	Olovrant	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Pečené zemiaky, acidko (7)	250g Pečené zemiaky, acidko (7)	250g Pečené zemiaky, acidko (7)	250g Pečené zemiaky, acidko (7)
	II. večera				Chlieb so syrom a zeleninou (1,7)

Piatok 20.2.2026	<b>Raňajky</b>	Tvarohovo-mrkvová nátierka, sendvič, bylinkový čaj (1,3,7,9)	Tvarohovo-mrkvová nátierka, sendvič, bylinkový čaj (1,3,7,9)	Tvarohovo-mrkvová nátierka, sendvič, bylinkový čaj (1,3,7,9)	Tvarohovo-mrkvová nátierka, sendvič, bylinkový čaj (1,3,7,9)
	<b>Desiata</b>	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	<b>Obed</b>	0,33l Šampiňónová polievka na paprike so zemiakmi (1), 100g Vyprážené rybie filé, majonézový šalát (1,3,7,9,10,12)	0,33l Šampiňónová polievka na paprike so zemiakmi (1), 100g Vyprážené rybie filé, majonézový šalát (1,3,7,9,10,12)	0,33l Šampiňónová polievka na paprike so zemiakmi (1), 100g Vyprážené rybie filé, majonézový šalát (1,3,7,9,10,12)	0,33l Šampiňónová polievka na paprike so zemiakmi (1), 100g Vyprážené rybie filé, majonézový šalát (1,3,7,9,10,12)
	<b>Olovrant</b>	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)
	<b>Večera</b>	250g Grilovaná zelenina s paradajkovou omáčkou (9)	250g Grilovaná zelenina s paradajkovou omáčkou (9)	250g Grilovaná zelenina s paradajkovou omáčkou (9)	250g Grilovaná zelenina s paradajkovou omáčkou (9)
	<b>II. večera</b>				Sendvič so syrovou nátierkou (1,3,7)
	Sobota 21.2.2026	<b>Raňajky</b>	Rohlík s maslom a salámou, ovocný čaj (1,3,7)	Rohlík s maslom a salámou, ovocný čaj (1,3,7)	Rohlík s maslom a salámou, ovocný čaj (1,3,7)
<b>Desiata</b>		Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
<b>Obed</b>		0,33l Pórová polievka so zemiakmi (1,9), 100g Bratislavské pliecko, cestovina (1,3,9)	0,33l Pórová polievka so zemiakmi (1,9), 100g Bratislavské pliecko, cestovina (1,3,9)	0,33l Pórová polievka so zemiakmi (1,9), 100g Bratislavské pliecko, cestovina (1,3,9)	0,33l Pórová polievka so zemiakmi (1,9), 100g Bratislavské pliecko, cestovina (1,3,9)
<b>Olovrant</b>		Mliečny dezert (7)	Mliečny dezert (7)	Mliečny dezert (7)	Mliečny dezert (7)
<b>Večera</b>		250g Ryžový nákyp (1,3,7)	250g Ryžový nákyp (1,3,7)	250g Ryžový nákyp (1,3,7)	250g Dia ryžový nákyp (1,3,7)
<b>II. večera</b>					Biely jogurt (7)
Nedeľa 22.2.2026		<b>Raňajky</b>	Chlieb vo vajci, čierny čaj (1,3)	Chlieb vo vajci, čierny čaj (1,3)	Chlieb vo vajci, 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 Koložvarská kapusta, varené zemiaky, kyslá uhorka (1,3,7,9,12)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Koložvarská kapusta, varené zemiaky, kyslá uhorka (1,3,7,9,12)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Koložvarská kapusta, varené zemiaky, kyslá uhorka (1,3,7,9,12)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Koložvarská kapusta, varené zemiaky, kyslá uhorka (1,3,7,9,12)
	<b>Olovrant</b>	Keks (1,3,7)	Keks (1,3,7)	Keks (1,3,7)	Dia keks (1,3,7)
	<b>Večera</b>	250g Obložený sendvič so zeleninou (1,3,7)	250g Jablková štrúdlá (1,3,12)	250g Obložený sendvič so zeleninou (1,3,7)	250g Obložený sendvič so zeleninou (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: 13.2.2026

