

JEDÁLNY LÍSTOK HESTIA n.o. 15. TÝŽDEŇ

Dátum		Diéta č.2/5 Šetriaca	Diéta č.3 Racionálna	Diéta č.8 Redukčná	Diéta č.9 Diabetická
Pondelok 6.4.2026	Raňajky	Tvarohový koláč, kakao (1,3,7)	Tvarohový koláč, kakao (1,3,7)	Tvarohový koláč, kakao (1,3,7)	Chlieb s maslom a Dia džemom, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Drobková polievka s mrveničkou (1,3,9), 100g Kačacie stehno, dusená kapusta, knedľa (1,3,9,12)	0,33l Drobková polievka s mrveničkou (1,3,9), 100g Kačacie stehno, dusená kapusta, knedľa (1,3,9,12)	0,33l Drobková polievka s mrveničkou (1,3,9), 100g Kačacie stehno, dusená kapusta, knedľa (1,3,9,12)	0,33l Drobková polievka s mrveničkou (1,3,9), 100g Kačacie stehno, dusená kapusta, knedľa (1,3,9,12)
	Olovrant	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocný jogurt (7)	Ovocný jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Veľkonočná baba (1,3,7)	250g Veľkonočná baba (1,3,7)	250g Veľkonočná baba (1,3,7)	250g Veľkonočná baba (1,3,7)
	II. večera				Chlieb s paštétou (1,3)
Utorok 7.4.2026	Raňajky	Nivovo-cesnaková nátierka, chlieb, čierny čaj (1,3,7,9)	Nivovo-cesnaková nátierka, chlieb, čierny čaj (1,3,7,9)	Nivovo-cesnaková nátierka, chlieb, čierny čaj (1,3,7,9)	Nivovo-cesnaková nátierka, chlieb, čierny čaj (1,3,7,9)
	Desiata	Kompót	Kompót	Kompót	Kompót
	Obed	0,33l Brokolicová polievka so zemiakmi (1,9), 100g Kuracie prsia zapečené s broskyňou a syrom, ryža (1,7)	0,33l Brokolicová polievka so zemiakmi (1,9), 100g Kuracie prsia zapečené s broskyňou a syrom, ryža (1,7)	0,33l Brokolicová polievka so zemiakmi (1,9), 100g Kuracie prsia zapečené s broskyňou a syrom, ryža (1,7)	0,33l Brokolicová polievka so zemiakmi (1,9), 100g Kuracie prsia zapečené s broskyňou a syrom, ryža (1,7)
	Olovrant	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)
	Večera	250g Palacinky s džemom a ovocím (1,3,7)	250g Palacinky s džemom a ovocím (1,3,7)	250g Palacinky s džemom a ovocím (1,3,7)	250g Palacinky s Dia džemom a ovocím (1,3,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Streda 8.4.2026	Raňajky	Obložená zemľa (šunka, syr, vajíčko, zelenina), bylinkový čaj (1,3,7)	Obložená zemľa (šunka, syr, vajíčko, zelenina), bylinkový čaj (1,3,7)	Obložená zemľa (šunka, syr, vajíčko, zelenina), ovocný čaj (1,3,7)	Obložená zemľa (šunka, syr, vajíčko, zelenina), ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Zemiaková polievka na kyslo (1,7,9,12), 100g Morčacie ragú so zeleninou, ryža, šalát (1,9,12)	0,33l Zemiaková polievka na kyslo (1,7,9,12), 100g Morčacie ragú so zeleninou, ryža, šalát (1,9,12)	0,33l Zemiaková polievka na kyslo (1,7,9,12), 100g Morčacie ragú so zeleninou, ryža, šalát (1,9,12)	0,33l Zemiaková polievka na kyslo (1,7,9,12), 100g Morčacie ragú so zeleninou, ryža, šalát (1,9,12)
	Olovrant	Puding (7)	Puding (7)	Dia puding (7)	Dia puding (7)
	Večera	250g Rezance s tvarohom, slaninou a cibuľkou (1,3,7,9)	250g Rezance s tvarohom, slaninou a cibuľkou (1,3,7,9)	250g Rezance s tvarohom, slaninou a cibuľkou (1,3,7,9)	250g Rezance s tvarohom, slaninou a cibuľkou (1,3,7,9)
	II. večera				Sendvič so šunkou a maslom (1,3,7)
Štvrtok 9.4.2026	Raňajky	Salámová pena, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Salámová pena, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Salámová pena, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Salámová pena, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Zelerová polievka na paprike so zemiakmi (9), 100g Sviečková na smotane, knedľa (1,3,7,9,10)	0,33l Zelerová polievka na paprike so zemiakmi (9), 100g Sviečková na smotane, knedľa (1,3,7,9,10)	0,33l Zelerová polievka na paprike so zemiakmi (9), 100g Sviečková na smotane, knedľa (1,3,7,9,10)	0,33l Zelerová polievka na paprike so zemiakmi (9), 100g Sviečková na smotane, knedľa (1,3,7,9,10)
	Olovrant	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Varené párky, horčica, sendvič (1,3,10)	250g Varené párky, horčica, sendvič (1,3,10)	250g Varené párky, horčica, sendvič (1,3,10)	250g Varené párky, horčica, sendvič (1,3,10)
	II. večera				Chlieb so syrom a zeleninou (1,7)

Piatok 10.4.2026	<b>Raňajky</b>	Fazuľkovo-smotanová nátierka, chlieb, bylinkový čaj (1,3,7,9,10)	Fazuľkovo-smotanová nátierka, chlieb, bylinkový čaj (1,3,7,9,10)	Fazuľkovo-smotanová nátierka, chlieb, bylinkový čaj (1,3,7,9,10)	Fazuľkovo-smotanová nátierka, chlieb, bylinkový čaj (1,3,7,9,10)
	<b>Desiata</b>	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	<b>Obed</b>	0,33l Čínska ostrokyslá polievka s tofu (3,4,6,9,12), 100g Vyprážená brokolica, varené zemiaky, tatarská omáčka (1,3,7,9,10,12)	0,33l Čínska ostrokyslá polievka s tofu (3,4,6,9,12), 100g Vyprážená brokolica, varené zemiaky, tatarská omáčka (1,3,7,9,10,12)	0,33l Čínska ostrokyslá polievka s tofu (3,4,6,9,12), 100g Vyprážená brokolica, varené zemiaky, tatarská omáčka (1,3,7,9,10,12)	0,33l Čínska ostrokyslá polievka s tofu (3,4,6,9,12), 100g Vyprážená brokolica, varené zemiaky, tatarská omáčka (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 Pečené buchty so slivkovým lekvárom (1,3,7)	250g Pečené buchty so slivkovým lekvárom (1,3,7)	250g Pečené buchty so slivkovým lekvárom (1,3,7)	250g Pečené buchty so Dia džemom (1,3,7)
	<b>II. večera</b>				Sendvič so syrovou nátierkou (1,3,7)
Sobota 11.4.2026	<b>Raňajky</b>	Tuniaková nátierka s vajíčkom a cibuľkou, sendvič, ovocný čaj (1,3,4,7,9,10)	Tuniaková nátierka s vajíčkom a cibuľkou, sendvič, ovocný čaj (1,3,4,7,9,10)	Tuniaková nátierka s vajíčkom a cibuľkou, sendvič, ovocný čaj (1,3,4,7,9,10)	Tuniaková nátierka s vajíčkom a cibuľkou, sendvič, ovocný čaj (1,3,4,7,9,10)
	<b>Desiata</b>	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	<b>Obed</b>	0,33l Hrachová krémová polievka s údeným mäsom (7,9), 100g Bravčový tokáň na smotane s hlivou, maslové halušky (1,3,7,9,12)	0,33l Hrachová krémová polievka s údeným mäsom (7,9), 100g Bravčový tokáň na smotane s hlivou, maslové halušky (1,3,7,9,12)	0,33l Hrachová krémová polievka s údeným mäsom (7,9), 100g Bravčový tokáň na smotane s hlivou, maslové halušky (1,3,7,9,12)	0,33l Hrachová krémová polievka s údeným mäsom (7,9), 100g Bravčový tokáň na smotane s hlivou, maslové halušky (1,3,7,9,12)
	<b>Olovrant</b>	Mliečny dezert (7)	Mliečny dezert (7)	Mliečny dezert (7)	Mliečny dezert (7)
	<b>Večera</b>	250g Arancini - ryžové guľky so zeleninou, paradajková omáčka (1,3,7,10)	250g Arancini - ryžové guľky so zeleninou, paradajková omáčka (1,3,7,10)	250g Arancini - ryžové guľky so zeleninou, paradajková omáčka (1,3,7,10)	250g Arancini - ryžové guľky so zeleninou, paradajková omáčka (1,3,7,10)
	<b>II. večera</b>				Biely jogurt (7)
Nedeľa 12.4.2026	<b>Raňajky</b>	Pražnica s cibuľkou, rohlík, čierny čaj (1,3,7,9)	Pražnica s cibuľkou, rohlík, čierny čaj (1,3,7,9)	Pražnica s cibuľkou, rohlík, čierny čaj (1,3,7,9)	Pražnica s cibuľkou, rohlík, čierny čaj (1,3,7,9)
	<b>Desiata</b>	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	<b>Obed</b>	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Bravčový guláš s cestovinou (1,3,9)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Bravčový guláš s cestovinou (1,3,9)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Bravčový guláš s cestovinou (1,3,9)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Bravčový guláš s cestovinou (1,3,9)
	<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, zelenina (1,3,7,9)	250g Obložený sendvič, zelenina (1,3,7,9)	250g Údená varená šunka, chren, sendvič (1,3,7,9)	250g Údená varená šunka, chren, sendvič (1,3,7,9)
	<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: 2.4.2026

*Kočanová*  
**HESTIA n.o.** 2  
 Bošáňho 2  
 841 02 Bratislava  
 IČO: 36 077 313