

JEDÁLNY LÍSTOK HESTIA n.o. 16. TÝŽDEŇ

Dátum		Diéta č.2/5 Šetriaca	Diéta č.3 Racionálna	Diéta č.8 Redukčná	Diéta č.9 Diabetická
Pondelok 13.4.2026	Raňajky	Vianočka s maslom a džemom, kakao (1,3,7)	Vianočka s maslom a džemom, kakao (1,3,7)	Vianočka s maslom a džemom, kakao (1,3,7)	Chlieb s maslom a Dia džemom, Caro (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Francúzska cibuľačka, syr, krutóny (1,3,7,9), 100g Kuracie soté Hawaii, ryža (1,7)	0,33l Francúzska cibuľačka, syr, krutóny (1,3,7,9), 100g Kuracie soté Hawaii, ryža (1,7)	0,33l Francúzska cibuľačka, syr, krutóny (1,3,7,9), 100g Kuracie soté Hawaii, ryža (1,7)	0,33l Francúzska cibuľačka, syr, krutóny (1,3,7,9), 100g Kuracie soté Hawaii, ryža (1,7)
	Olovrant	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocný jogurt (7)	Ovocný jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Šúfance so strúhankou a maslom (1,3,7)	250g Šúfance so strúhankou a maslom (1,3,7)	250g Šúfance so strúhankou a maslom (1,3,7)	250g Dia šúfance so strúhankou a maslom (1,3,7)
	II. večera				Chlieb s paštétou (1,3)
Utorok 14.4.2026	Raňajky	Syovo-cesnaková nátierka, chlieb, ovocný čaj (1,3,7,9)	Syovo-cesnaková nátierka, chlieb, ovocný čaj (1,3,7,9)	Syovo-cesnaková nátierka, chlieb, ovocný čaj (1,3,7,9)	Syovo-cesnaková nátierka, chlieb, ovocný čaj (1,3,7,9)
	Desiata	Kompót	Kompót	Kompót	Kompót
	Obed	0,33l Kulajda (1,3,7,9,12), 100g Francúzske zemiaky, kyslá uhorka (3,7,12)	0,33l Kulajda (1,3,7,9,12), 100g Francúzske zemiaky, kyslá uhorka (3,7,12)	0,33l Kulajda (1,3,7,9,12), 100g Francúzske zemiaky, kyslá uhorka (3,7,12)	0,33l Kulajda (1,3,7,9,12), 100g Francúzske zemiaky, kyslá uhorka (3,7,12)
	Olovrant	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)
	Večera	250g Šunková pena s cibuľkou, sendvič, zelenina (1,3,7,9)	250g Šunková pena s cibuľkou, sendvič, zelenina (1,3,7,9)	250g Šunková pena s cibuľkou, sendvič, zelenina (1,3,7,9)	250g Šunková pena s cibuľkou, sendvič, zelenina (1,3,7,9)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Streda 15.4.2026	Raňajky	Obložená žemľa (šunka, syr, vajíčko, zelenina), bylinkový čaj (1,3,7)	Obložená žemľa (šunka, syr, vajíčko, zelenina), bylinkový čaj (1,3,7)	Obložená žemľa (šunka, syr, vajíčko, zelenina), ovocný čaj (1,3,7)	Obložená žemľa (šunka, syr, vajíčko, zelenina), ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Mrkvová krémová polievka so zázvorom (1,7,9,11), 100g Filé na bylinkovom masle, zelenina na pare, varené zemiaky (4,7,9)	0,33l Mrkvová krémová polievka so zázvorom (1,7,9,11), 100g Filé na bylinkovom masle, zelenina na pare, varené zemiaky (4,7,9)	0,33l Mrkvová krémová polievka so zázvorom (1,7,9,11), 100g Filé na bylinkovom masle, zelenina na pare, varené zemiaky (4,7,9)	0,33l Mrkvová krémová polievka so zázvorom (1,7,9,11), 100g Filé na bylinkovom masle, zelenina na pare, varené zemiaky (4,7,9)
	Olovrant	Puding (7)	Puding (7)	Dia puding (7)	Dia puding (7)
	Večera	250g Zeleninové guľky, syrová omáčka (1,3,7,9)	250g Zeleninové guľky, syrová omáčka (1,3,7,9)	250g Zeleninové guľky, syrová omáčka (1,3,7,9)	250g Zeleninové guľky, syrová omáčka (1,3,7,9)
	II. večera				Sendvič so šunkou a maslom (1,3,7)
Štvrtok 16.4.2026	Raňajky	Tekvicová nátierka, chlieb, ovocný čaj (1,3,7,9)	Tekvicová nátierka, chlieb, ovocný čaj (1,3,7,9)	Tekvicová nátierka, chlieb, ovocný čaj (1,3,7,9)	Tekvicová nátierka, chlieb, ovocný čaj (1,3,7,9)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Kalerábová polievka so zemiakmi (1,9), 100g Bravčové mexické soté, tarhoňa, šalát (1,3,9,10,12)	0,33l Kalerábová polievka so zemiakmi (1,9), 100g Bravčové mexické soté, tarhoňa, šalát (1,3,9,10,12)	0,33l Kalerábová polievka so zemiakmi (1,9), 100g Bravčové mexické soté, tarhoňa, šalát (1,3,9,10,12)	0,33l Kalerábová polievka so zemiakmi (1,9), 100g Bravčové mexické soté, tarhoňa, šalát (1,3,9,10,12)
	Olovrant	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Zemiakové placky s párkom (1,3,7)	250g Zemiakové placky s párkom (1,3,7)	250g Zemiakové placky s párkom (1,3,7)	250g Zemiakové placky s párkom (1,3,7)
	II. večera				Chlieb so syrom a zeleninou (1,7)

Piatok 17.4.2026	Raňajky	Tuniaková nátierka s cibuľkou, rohlík, čierny čaj (1,3,4,7,9,10)	Tuniaková nátierka s cibuľkou, rohlík, čierny čaj (1,3,4,7,9,10)	Tuniaková nátierka s cibuľkou, rohlík, čierny čaj (1,3,4,7,9,10)	Tuniaková nátierka s cibuľkou, rohlík, čierny čaj (1,3,4,7,9,10)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Rascová polievka s vajíčkom (1,3), 100g Bryndzové halušky s pažitkou (1,3,7,9)	0,33l Rascová polievka s vajíčkom (1,3), 100g Bryndzové halušky s pažitkou (1,3,7,9)	0,33l Rascová polievka s vajíčkom (1,3), 100g Bryndzové halušky s pažitkou (1,3,7,9)	0,33l Rascová polievka s vajíčkom (1,3), 100g Bryndzové halušky s pažitkou (1,3,7,9)
	Olovrant	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)
	Večera	250g Zeleninové kari rizoto, syr (1,7,9)	250g Zeleninové kari rizoto, syr (1,7,9)	250g Zeleninové kari rizoto, syr (1,7,9)	250g Zeleninové kari rizoto, syr (1,7,9)
	II. večera				Sendvič so syrovou nátierkou (1,3,7)
Sobota 18.4.2026	Raňajky	Obložený sendvič so salámou, zelenina, bylinkový čaj (1,3,7,9)	Obložený sendvič so salámou, zelenina, bylinkový čaj (1,3,7,9)	Obložený sendvič so salámou, zelenina, bylinkový čaj (1,3,7,9)	Obložený sendvič so salámou, zelenina, bylinkový čaj (1,3,7,9)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Hráškový krém, krutóny (1,7,9), 100g Kelový prívarok, bravčová sekaná, chlieb (1,3,9)	0,33l Hráškový krém, krutóny (1,7,9), 100g Kelový prívarok, bravčová sekaná, chlieb (1,3,9)	0,33l Hráškový krém, krutóny (1,7,9), 100g Kelový prívarok, bravčová sekaná, chlieb (1,3,9)	0,33l Hráškový krém, krutóny (1,7,9), 100g Kelový prívarok, bravčová sekaná, chlieb (1,3,9)
	Olovrant	Mliečny dezert (7)	Mliečny dezert (7)	Mliečny dezert (7)	Mliečny dezert (7)
	Večera	250g Lečo s vajíčkom, chlieb (1,3,9)	250g Lečo s vajíčkom, chlieb (1,3,9)	250g Lečo s vajíčkom, chlieb (1,3,9)	250g Lečo s vajíčkom, chlieb (1,3,9)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Nedeľa 19.4.2026	Raňajky	Chlieb vo vajci, čierny čaj (1,3)	Chlieb vo vajci, čierny čaj (1,3)	Chlieb vo vajci, čierny čaj (1,3)	Chlieb vo vajci, čierny čaj (1,3)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Pečená krkovička na čiernom pive, zemiaková kaša, šalát (1,7,12)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Pečená krkovička na čiernom pive, zemiaková kaša, šalát (1,7,12)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Pečená krkovička na čiernom pive, zemiaková kaša, šalát (1,7,12)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Pečená krkovička na čiernom pive, zemiaková kaša, šalát (1,7,12)
	Olovrant	Keks (1,3,7)	Keks (1,3,7)	Keks (1,3,7)	Dia keks (1,3,7)
	Večera	250g Ryžový náryp s ovocím (1,3,7)	250g Ryžový náryp s ovocím (1,3,7)	250g Ryžový náryp s ovocím (1,3,7)	250g Dia ryžový náryp s ovocím (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: 10.4.2026

