

JEDÁLNY LÍSTOK HESTIA n.o. 18. TÝŽDEŇ

Dátum		Diéta č.2/5 Šetriaca	Diéta č.3 Racionálna	Diéta č.8 Redukčná	Diéta č.9 Diabetická
Pondelok 27.4.2026	Raňajky	Bábovka, kakao (1,3,7)	Bábovka, kakao (1,3,7)	Bábovka, kakao (1,3,7)	Chlieb s maslom a Dia džemom, čierny čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Kapustová polievka so zemiakmi (9,12), 100g Morčáci závitok plnený brokolicou a syrom, ryža, šalát (1,7,12)	0,33l Kapustová polievka so zemiakmi (9,12), 100g Morčáci závitok plnený brokolicou a syrom, ryža, šalát (1,7,12)	0,33l Kapustová polievka so zemiakmi (9,12), 100g Morčáci závitok plnený brokolicou a syrom, ryža, šalát (1,7,12)	0,33l Kapustová polievka so zemiakmi (9,12), 100g Morčáci závitok plnený brokolicou a syrom, ryža, šalát (1,7,12)
	Olovrant	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocný jogurt (7)	Ovocný jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Palacinky s džemom (1,3,7)	250g Palacinky s džemom (1,3,7)	250g Palacinky s džemom (1,3,7)	250g Palacinky s Dia džemom (1,3,7)
	II. večera				Chlieb s paštétou (1,3)
Utorok 28.4.2026	Raňajky	Chlieb s paštétou, zelenina, čierny čaj (1,3)	Chlieb s paštétou, zelenina, čierny čaj (1,3)	Chlieb s paštétou, zelenina, čierny čaj (1,3)	Chlieb s paštétou, zelenina, čierny čaj (1,3)
	Desiata	Kompót	Kompót	Kompót	Kompót
	Obed	0,33l Bryndzová polievka so zemiakmi (1,7), 100g Bravčové soté v zemiakovej placke (1,3,9,10,12)	0,33l Bryndzová polievka so zemiakmi (1,7), 100g Bravčové soté v zemiakovej placke (1,3,9,10,12)	0,33l Bryndzová polievka so zemiakmi (1,7), 100g Bravčové soté v zemiakovej placke (1,3,9,10,12)	0,33l Bryndzová polievka so zemiakmi (1,7), 100g Bravčové soté v zemiakovej placke (1,3,9,10,12)
	Olovrant	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)
	Večera	250g Varené párky, sendvič, horčica (1,3,10)	250g Varené párky, sendvič, horčica (1,3,10)	250g Varené párky, sendvič, horčica (1,3,10)	250g Varené párky, sendvič, horčica (1,3,10)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Streda 29.4.2026	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 Gulášová polievka (1), 100g Kuracie soté na ázijský spôsob, ryža, kapustovo-mrkvový šalát (1,3,6,9)	0,33l Gulášová polievka (1), 100g Kuracie soté na ázijský spôsob, ryža, kapustovo-mrkvový šalát (1,3,6,9)	0,33l Gulášová polievka (1), 100g Kuracie soté na ázijský spôsob, ryža, kapustovo-mrkvový šalát (1,3,6,9)	0,33l Gulášová polievka (1), 100g Kuracie soté na ázijský spôsob, ryža, kapustovo-mrkvový šalát (1,3,6,9)
	Olovrant	Puding (7)	Puding (7)	Dia puding (7)	Dia puding (7)
	Večera	250g Údené karé, chren, rohlík (1,3,7,9)	250g Údené karé, chren, rohlík (1,3,7,9)	250g Údené karé, chren, rohlík (1,3,7,9)	250g Údené karé, chren, rohlík (1,3,7,9)
	II. večera				Sendvič so šunkou a maslom (1,3,7)
Štvrtok 30.4.2026	Raňajky	Cviklová nátierka s feta syrom, sendvič, ovocný čaj (1,3,7,9)	Cviklová nátierka s feta syrom, sendvič, ovocný čaj (1,3,7,9)	Cviklová nátierka s feta syrom, sendvič, ovocný čaj (1,3,7,9)	Cviklová nátierka s feta syrom, sendvič, ovocný čaj (1,3,7,9)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Fazuľová polievka so zeleninou (1,9), 100g Bravčový rezeň, zemiakovo-cibuľový šalát (1,3,7,9,12)	0,33l Fazuľová polievka so zeleninou (1,9), 100g Bravčový rezeň, zemiakovo-cibuľový šalát (1,3,7,9,12)	0,33l Fazuľová polievka so zeleninou (1,9), 100g Bravčový rezeň, zemiakovo-cibuľový šalát (1,3,7,9,12)	0,33l Fazuľová polievka so zeleninou (1,9), 100g Bravčový rezeň, zemiakovo-cibuľový šalát (1,3,7,9,12)
	Olovrant	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Zapekané zemiaky so slaninou, cibuľou a syrom (3,7,9)	250g Zapekané zemiaky so slaninou, cibuľou a syrom (3,7,9)	250g Zapekané zemiaky so slaninou, cibuľou a syrom (3,7,9)	250g Zapekané zemiaky so slaninou, cibuľou a syrom (3,7,9)
	II. večera				Chlieb so syrom a zeleninou (1,7)

Piatok 1.5.2026	Raňajky	Tvarohovo-mrkvová nátierka, žemľa, bylinkový čaj (1,3,7)	Tvarohovo-mrkvová nátierka, žemľa, bylinkový čaj (1,3,7)	Tvarohovo-mrkvová nátierka, žemľa, bylinkový čaj (1,3,7)	Tvarohovo-mrkvová nátierka, žemľa, bylinkový čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Šošovicová polievka (1,9), 100g Tekvicový prívarok, varené vajíčko, zemiaky (1,3,7,12)	0,33l Šošovicová polievka (1,9), 100g Tekvicový prívarok, varené vajíčko, zemiaky (1,3,7,12)	0,33l Šošovicová polievka (1,9), 100g Tekvicový prívarok, varené vajíčko, zemiaky (1,3,7,12)	0,33l Šošovicová polievka (1,9), 100g Tekvicový prívarok, varené vajíčko, zemiaky (1,3,7,12)
	Olovrant	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)
	Večera	250g Zeleninový rezeň, špenát (1,3,7,9)	250g Zeleninový rezeň, špenát (1,3,7,9)	250g Zeleninový rezeň, špenát (1,3,7,9)	250g Zeleninový rezeň, špenát (1,3,7,9)
	II. večera				Sendvič so syrovou nátierkou (1,3,7)
Sobota 2.5.2026	Raňajky	Rybací šalát, rohlík, čierny čaj (1,3,4,7,9,12)	Rybací šalát, rohlík, čierny čaj (1,3,4,7,9,12)	Rybací šalát, rohlík, čierny čaj (1,3,4,7,9,12)	Rybací šalát, rohlík, čierny čaj (1,3,4,7,9,12)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Kelová polievka s údeným mäsom a zemiakmi (1,9), 100g Bravčová živánska, uhorkový šalát (10,12)	0,33l Kelová polievka s údeným mäsom a zemiakmi (1,9), 100g Bravčová živánska, uhorkový šalát (10,12)	0,33l Kelová polievka s údeným mäsom a zemiakmi (1,9), 100g Bravčová živánska, uhorkový šalát (10,12)	0,33l Kelová polievka s údeným mäsom a zemiakmi (1,9), 100g Bravčová živánska, uhorkový šalát (10,12)
	Olovrant	Mliečny dezert (7)	Mliečny dezert (7)	Mliečny dezert (7)	Mliečny dezert (7)
	Večera	250g Tvarohovo-ovocné guľky (1,3,7)	250g Tvarohovo-ovocné guľky (1,3,7)	250g Tvarohovo-ovocné guľky (1,3,7)	250g Dia tvarohové guľky (1,3,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Nedeľa 3.5.2026	Raňajky	Omeleta so šunkou, chlieb, bylinkový čaj (1,3,7)	Omeleta so šunkou, chlieb, bylinkový čaj (1,3,7)	Omeleta so šunkou, chlieb, bylinkový čaj (1,3,7)	Omeleta so šunkou, chlieb, bylinkový čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Segedínsky guláš, knedľa (1,3,7,9,12)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Segedínsky guláš, knedľa (1,3,7,9,12)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Segedínsky guláš, knedľa (1,3,7,9,12)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Segedínsky guláš, knedľa (1,3,7,9,12)
	Olovrant	Keks (1,3,7)	Keks (1,3,7)	Keks (1,3,7)	Dia keks (1,3,7)
	Večera	250g Jablkové pité (1,3,7)	250g Jablkové pité (1,3,7)	250g Jablkové pité (1,3,7)	250g Dia jablkové pité (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: 24.4.2026

