

JEDÁLNY LÍSTOK HESTIA n.o. 22. TÝŽDEŇ

Dátum		Diéta č.2/5 Šetriaca	Diéta č.3 Racionálna	Diéta č.8 Redukčná	Diéta č.9 Diabetická
Pondelok 25.5.2026	Raňajky	Krupicová kaša s Grankom, mlieko (1,7)	Krupicová kaša s Grankom, mlieko (1,7)	Krupicová kaša s Grankom, mlieko (1,7)	Krupicová kaša so škoricom, mlieko (1,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Špenátová polievka so zemiakmi (1,7), 100g Kuracia rolka plnená bryndzou a slaninou, tlačené zemiaky s paprikou, šalát (7,12)	0,33l Špenátová polievka so zemiakmi (1,7), 100g Kuracia rolka plnená bryndzou a slaninou, tlačené zemiaky s paprikou, šalát (7,12)	0,33l Špenátová polievka so zemiakmi (1,7), 100g Kuracia rolka plnená bryndzou a slaninou, tlačené zemiaky s paprikou, šalát (7,12)	0,33l Špenátová polievka so zemiakmi (1,7), 100g Kuracia rolka plnená bryndzou a slaninou, tlačené zemiaky s paprikou, šalát (7,12)
	Olovrant	Nutridrink (7)	Nutridrink (7)	Nutridrink (7)	Nutridrink (7)
	Večera	250g Cestoviny Carbonara (1,3,7)	250g Cestoviny Carbonara (1,3,7)	250g Cestoviny Carbonara (1,3,7)	250g Cestoviny Carbonara (1,3,7)
	II. večera				Chlieb s paštétou (1,3)
Utorok 26.5.2026	Raňajky	Vajíčkový šalát, rohlík, čierny čaj (1,3,7,10,12)	Vajíčkový šalát, rohlík, čierny čaj (1,3,7,10,12)	Vajíčkový šalát, rohlík, čierny čaj (1,3,7,10,12)	Vajíčkový šalát, rohlík, čierny čaj (1,3,7,10,12)
	Desiata	Kompót	Kompót	Kompót	Kompót
	Obed	0,33l Paradajková polievka so syrom (7), 100g Sviečková na smotane, varená knedľa (1,3,7,9,10,12)	0,33l Paradajková polievka so syrom (7), 100g Sviečková na smotane, varená knedľa (1,3,7,9,10,12)	0,33l Paradajková polievka so syrom (7), 100g Sviečková na smotane, varená knedľa (1,3,7,9,10,12)	0,33l Paradajková polievka so syrom (7), 100g Sviečková na smotane, varená knedľa (1,3,7,9,10,12)
	Olovrant	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	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				Biely jogurt (7)
Streda 27.5.2026	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), bylinkový čaj (1,3,7)	Obložená zemľa (šunka, syr, vajíčko, zelenina), bylinkový čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Kulajda (3,7,9,12), 100g Kuracie stripsy v jogurte a panku strúhanke, pečené zemiaky, tzatziki (1,3,7,12)	0,33l Kulajda (3,7,9,12), 100g Kuracie stripsy v jogurte a panku strúhanke, pečené zemiaky, tzatziki (1,3,7,12)	0,33l Kulajda (3,7,9,12), 100g Kuracie stripsy v jogurte a panku strúhanke, pečené zemiaky, tzatziki (1,3,7,12)	0,33l Kulajda (3,7,9,12), 100g Kuracie stripsy v jogurte a panku strúhanke, pečené zemiaky, tzatziki (1,3,7,12)
	Olovrant	Slané pečivo (1,3)	Slané pečivo (1,3)	Slané pečivo (1,3)	Slané pečivo (1,3)
	Večera	250g Strapačky so slaninou (1,3,9,12)	250g Strapačky so slaninou (1,3,9,12)	250g Strapačky so slaninou (1,3,9,12)	250g Strapačky so slaninou (1,3,9,12)
	II. večera				Sendvič so šunkou a maslom (1,3,7)
Štvrtok 28.5.2026	Raňajky	Tuniaková nátierka, zelenina, chlieb, bylinkový čaj (1,3,4,7,10)	Tuniaková nátierka, zelenina, chlieb, bylinkový čaj (1,3,4,7,10)	Tuniaková nátierka, zelenina, chlieb, bylinkový čaj (1,3,4,7,10)	Tuniaková nátierka, zelenina, chlieb, bylinkový čaj (1,3,4,7,10)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Hokaido krém (7,9), 100g Bravčové dusené, chrenová omáčka, varené zemiaky (1,7,10,12)	0,33l Hokaido krém (7,9), 100g Bravčové dusené, chrenová omáčka, varené zemiaky (1,7,10,12)	0,33l Hokaido krém (7,9), 100g Bravčové dusené, chrenová omáčka, varené zemiaky (1,7,10,12)	0,33l Hokaido krém (7,9), 100g Bravčové dusené, chrenová omáčka, varené zemiaky (1,7,10,12)
	Olovrant	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Večera	250g Zeleninové placky (1,3,7,9)	250g Zeleninové placky (1,3,7,9)	250g Zeleninové placky (1,3,7,9)	250g Zeleninové placky (1,3,7,9)
	II. večera				Chlieb so syrom a zeleninou (1,7)

Piatok 29.5.2026	Raňajky	Paprikovo-syrová nátierka, rohlík, ovocný čaj (1,3,7)	Paprikovo-syrová nátierka, rohlík, ovocný čaj (1,3,7)	Paprikovo-syrová nátierka, rohlík, ovocný čaj (1,3,7)	Paprikovo-syrová nátierka, rohlík, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Hrstková polievka (9), 100g Hlivový perkelt, kolienka (1,3,7,12)	0,33l Hrstková polievka (9), 100g Hlivový perkelt, kolienka (1,3,7,12)	0,33l Hrstková polievka (9), 100g Hlivový perkelt, kolienka (1,3,7,12)	0,33l Hrstková polievka (9), 100g Hlivový perkelt, kolienka (1,3,7,12)
	Olovrant	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Zemiaková baba, mrkvový šalát (1,3)	250g Zemiaková baba, mrkvový šalát (1,3)	250g Zemiaková baba, mrkvový šalát (1,3)	250g Zemiaková baba, mrkvový šalát (1,3)
	II. večera				Sendvič so syrovou nátierkou (1,3,7)
Sobota 30.5.2026	Raňajky	Mrkvovo-tvarohová nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)	Mrkvovo-tvarohová nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)	Mrkvovo-tvarohová nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)	Mrkvovo-tvarohová nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Kačací vývar s rezancami (1,3,9), 100g Bravčové pečené so slaninou a cibuľou, horčicovo-medová omáčka, tarhoňa, šalát (1,10,12)	0,33l Kačací vývar s rezancami (1,3,9), 100g Bravčové pečené so slaninou a cibuľou, horčicovo-medová omáčka, tarhoňa, šalát (1,10,12)	0,33l Kačací vývar s rezancami (1,3,9), 100g Bravčové pečené so slaninou a cibuľou, horčicovo-medová omáčka, tarhoňa, šalát (1,10,12)	0,33l Kačací vývar s rezancami (1,3,9), 100g Bravčové pečené so slaninou a cibuľou, horčicovo-medová omáčka, tarhoňa, šalát (1,10,12)
	Olovrant	Puding s piškótami (1,3,7)	Puding s piškótami (1,3,7)	Puding s piškótami (1,3,7)	Dia puding s piškótami (1,3,7)
	Večera	250g Ryžový nákyp s ovocím (1,7)	250g Ryžový nákyp s ovocím (1,7)	250g Ryžový nákyp s ovocím (1,7)	250g Dia ryžový nákyp s ovocím (1,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Nedeľa 31.5.2026	Raňajky	Pražienica s cibuľou, zelenina, sendvič, bylinkový čaj (1,3)	Pražienica s cibuľou, zelenina, sendvič, bylinkový čaj (1,3)	Pražienica s cibuľou, zelenina, sendvič, bylinkový čaj (1,3)	Pražienica s cibuľou, zelenina, sendvič, bylinkový čaj (1,3)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Toskánska cibuľačka, syr, krutóny (1,3,7,9), 100g Zemiakové guľky plnené mletým mäsom a kyslou kapustou (1,3,9,12)	0,33l Toskánska cibuľačka, syr, krutóny (1,3,7,9), 100g Zemiakové guľky plnené mletým mäsom a kyslou kapustou (1,3,9,12)	0,33l Toskánska cibuľačka, syr, krutóny (1,3,7,9), 100g Zemiakové guľky plnené mletým mäsom a kyslou kapustou (1,3,9,12)	0,33l Toskánska cibuľačka, syr, krutóny (1,3,7,9), 100g Zemiakové guľky plnené mletým mäsom a kyslou kapustou (1,3,9,12)
	Olovrant	Ovocný jogurt (7)	Ovocný jogurt (7)	Ovocný jogurt (7)	Dia ovocný jogurt (7)
	Večera	250g Granadiersky pochod, kyslá uhorka (1,3,12)	250g Granadiersky pochod, kyslá uhorka (1,3,12)	250g Granadiersky pochod, kyslá uhorka (1,3,12)	250g Granadiersky pochod, kyslá uhorka (1,3,12)
	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: 21.5.2026

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