

JEDÁLNY LÍSTOK HESTIA n.o. 24. TÝŽDEŇ

| Dátum | | Diéta č.2/5 Šetriaca | Diéta č.3 Racionálna | Diéta č.8 Redukčná | Diéta č.9 Diabetická |
|-------------------|-------------------|--|--|--|--|
| Pondelok 8.6.2026 | Raňajky | Vianočka s maslom a medom, Caro (1,3,7) | Vianočka s maslom a medom, Caro (1,3,7) | Vianočka s maslom a medom, Caro (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 Brokolicová krémová polievka (1), 100g Kuracia čina, ryža, šalát (4,5,6) | 0,33l Brokolicová krémová polievka (1), 100g Kuracia čina, ryža, šalát (4,5,6) | 0,33l Brokolicová krémová polievka (1), 100g Kuracia čina, ryža, šalát (4,5,6) | 0,33l Brokolicová krémová polievka (1), 100g Kuracia čina, ryža, šalát (4,5,6) |
| | Olovrant | Nutridrink (7) | Nutridrink (7) | Nutridrink (7) | Nutridrink (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 9.6.2026 | Raňajky | Tuniaková nátierka, chlieb, ovocný čaj (1,3,4,7) | Tuniaková nátierka, chlieb, ovocný čaj (1,3,4,7) | Tuniaková nátierka, chlieb, ovocný čaj (1,3,4,7) | Tuniaková nátierka, chlieb, ovocný čaj (1,3,4,7) |
| | Desiata | Kompót | Kompót | Kompót | Kompót |
| | Obed | 0,33l Hovädzí kotlíkový guláš, chlieb (1,3) | 0,33l Hovädzí kotlíkový guláš, chlieb (1,3) | 0,33l Hovädzí kotlíkový guláš, chlieb (1,3) | 0,33l Hovädzí kotlíkový guláš, chlieb (1,3) |
| | Olovrant | Ovocie bez šupky a jadier | Ovocie | Ovocie | Ovocie |
| | Večera | 250g Zapekaná zelenina so zemiakmi a syrom (3,7,9) | 250g Zapekaná zelenina so zemiakmi a syrom (3,7,9) | 250g Zapekaná zelenina so zemiakmi a syrom (3,7,9) | 250g Zapekaná zelenina so zemiakmi a syrom (3,7,9) |
| | II. večera | | | | Biely jogurt (7) |
| Streda 10.6.2026 | Raňajky | Avokádová nátierka s vajíčkom, sendvič, bylinkový čaj (1,3,7,9) | Avokádová nátierka s vajíčkom, sendvič, bylinkový čaj (1,3,7,9) | Avokádová nátierka s vajíčkom, sendvič, bylinkový čaj (1,3,7,9) | Avokádová nátierka s vajíčkom, sendvič, bylinkový čaj (1,3,7,9) |
| | Desiata | Ovocie bez šupky a jadier | Ovocie | Ovocie | Ovocie |
| | Obed | 0,33l Frankfurtská polievka (1), 100g Morčacie soté so zeleninou, slovenská ryža, šalát (1,3,9,12) | 0,33l Frankfurtská polievka (1), 100g Morčacie soté so zeleninou, slovenská ryža, šalát (1,3,9,12) | 0,33l Frankfurtská polievka (1), 100g Morčacie soté so zeleninou, slovenská ryža, šalát (1,3,9,12) | 0,33l Frankfurtská polievka (1), 100g Morčacie soté so zeleninou, slovenská ryža, šalát (1,3,9,12) |
| | Olovrant | Ovocie bez šupky a jadier | Termix (7) | Termix (7) | Dia jogurt (7) |
| | Večera | 250g Jablková žemľovka (1,3,7) | 250g Jablková žemľovka (1,3,7) | 250g Jablková žemľovka (1,3,7) | 250g Dia jablková žemľovka (1,3,7) |
| | II. večera | | | | Sendvič so šunkou a maslom (1,3,7) |
| Štvrtok 11.6.2026 | Raňajky | Zeleninová nátierka, chlieb, čierny čaj (1,3,7) | Zeleninová nátierka, chlieb, čierny čaj (1,3,7) | Zeleninová nátierka, chlieb, čierny čaj (1,3,7) | Zeleninová nátierka, chlieb, čierny čaj (1,3,7) |
| | Desiata | Ovocie bez šupky a jadier | Ovocie | Ovocie | Ovocie |
| | Obed | 0,33l Cesnaková čira polievka, syr, krutóny (1,3,7,9), 100g Bravčové na rasci, zemiaková kaša, kyslá uhorka (7,12) | 0,33l Cesnaková čira polievka, syr, krutóny (1,3,7,9), 100g Bravčové na rasci, zemiaková kaša, kyslá uhorka (7,12) | 0,33l Cesnaková čira polievka, syr, krutóny (1,3,7,9), 100g Bravčové na rasci, zemiaková kaša, kyslá uhorka (7,12) | 0,33l Cesnaková čira polievka, syr, krutóny (1,3,7,9), 100g Bravčové na rasci, zemiaková kaša, kyslá uhorka (7,12) |
| | Olovrant | Ovocie bez šupky a jadier | Ovocie | Ovocie | Ovocie |
| | Večera | 250g Cuketovo-zemiakové placky (1,3,7) | 250g Cuketovo-zemiakové placky (1,3,7) | 250g Cuketovo-zemiakové placky (1,3,7) | 250g Cuketovo-zemiakové placky (1,3,7) |
| | II. večera | | | | Chlieb so syrom a zeleninou (1,7) |

| | | | | | |
|------------------|-------------------|---|---|---|---|
| Piatok 12.6.2026 | Raňajky | Obložená žemľa (maslo, syr, zelenina), ovocný čaj (1,3,7) | Obložená žemľa (maslo, syr, zelenina), ovocný čaj (1,3,7) | Obložená žemľa (maslo, syr, zelenina), ovocný čaj (1,3,7) | Obložená žemľa (maslo, syr, zelenina), ovocný čaj (1,3,7) |
| | Desiata | Ovocie bez šupky a jadier | Ovocie | Ovocie | Ovocie |
| | Obed | 0,33l Kulajda (1,3,7,12), 100g Bryndzové halušky s pažitkou (1,3,7,9) | 0,33l Kulajda (1,3,7,12), 100g Bryndzové halušky s pažitkou (1,3,7,9) | 0,33l Kulajda (1,3,7,12), 100g Bryndzové halušky s pažitkou (1,3,7,9) | 0,33l Kulajda (1,3,7,12), 100g Bryndzové halušky s pažitkou (1,3,7,9) |
| | Olovrant | Biely jogurt (7) | Biely jogurt (7) | Biely jogurt (7) | Biely jogurt (7) |
| | Večera | 250g Kapustníky (1,3,9,12) | 250g Kapustníky (1,3,9,12) | 250g Kapustníky (1,3,9,12) | 250g Kapustníky (1,3,9,12) |
| | II. večera | | | | Sendvič so syrovou nátierkou (1,3,7) |
| Sobota 13.6.2026 | Raňajky | Sendvič s maslom a šunkou, zelenina, bylinkový čaj (1,3,7) | Sendvič s maslom a šunkou, zelenina, bylinkový čaj (1,3,7) | Sendvič s maslom a šunkou, zelenina, bylinkový čaj (1,3,7) | Sendvič s maslom a šunkou, zelenina, bylinkový čaj (1,3,7) |
| | Desiata | Ovocie bez šupky a jadier | Ovocie | Ovocie | Ovocie |
| | Obed | 0,33l Kelová polievka s klobásou (9), 100g Bravčové soté, ryža, šalát (1,12) | 0,33l Kelová polievka s klobásou (9), 100g Bravčové soté, ryža, šalát (1,12) | 0,33l Kelová polievka s klobásou (9), 100g Bravčové soté, ryža, šalát (1,12) | 0,33l Kelová polievka s klobásou (9), 100g Bravčové soté, ryža, šalát (1,12) |
| | Olovrant | Výživa | Výživa | Výživa | Dia výživa |
| | Večera | 250g Cestoviny s brokolicovou omáčkou (1,3,7) | 250g Cestoviny s brokolicovou omáčkou (1,3,7) | 250g Cestoviny s brokolicovou omáčkou (1,3,7) | 250g Cestoviny s brokolicovou omáčkou (1,3,7) |
| | II. večera | | | | Biely jogurt (7) |
| Nedeľa 14.6.2026 | 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 Kurací černoohor, varené zemiaky, uhorkový šalát (1,3,7,12) | 0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Kurací černoohor, varené zemiaky, uhorkový šalát (1,3,7,12) | 0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Kurací černoohor, varené zemiaky, uhorkový šalát (1,3,7,12) | 0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Kurací černoohor, varené zemiaky, uhorkový šalát (1,3,7,12) |
| | Olovrant | Ovocný jogurt (7) | Ovocný jogurt (7) | Ovocný jogurt (7) | Dia ovocný jogurt (7) |
| | Večera | 250g Obložený sendvič (1,3,7) | 250g Obložený sendvič (1,3,7) | 250g Obložený sendvič (1,3,7) | 250g Obložený sendvič (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: 5.6.2026

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