

JEDÁLNY LÍSTOK HESTIA n.o. 26. TÝŽDEŇ

Dátum		Diéta č.2/5 Šetriaca	Diéta č.3 Racionálna	Diéta č.8 Redukčná	Diéta č.9 Diabetická
Pondelok 22.6.2026	Raňajky	Vianočka s maslom a medom, mlieko (1,3,7)	Vianočka s maslom a medom, mlieko (1,3,7)	Vianočka s maslom a medom, mlieko (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 Šošovicová polievka na kyslo (1,7,9,12), 100g Chilli con carne, ryža, mrkvový šalát (1,9,12)	0,33l Šošovicová polievka na kyslo (1,7,9,12), 100g Chilli con carne, ryža, mrkvový šalát (1,9,12)	0,33l Šošovicová polievka na kyslo (1,7,9,12), 100g Chilli con carne, ryža, mrkvový šalát (1,9,12)	0,33l Šošovicová polievka na kyslo (1,7,9,12), 100g Chilli con carne, ryža, mrkvový šalát (1,9,12)
	Olovrant	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Večera	250g Halušky s vajíčkom, kyslá uhorka (1,3,12)	250g Halušky s vajíčkom, kyslá uhorka (1,3,12)	250g Halušky s vajíčkom, kyslá uhorka (1,3,12)	250g Halušky s vajíčkom, kyslá uhorka (1,3,12)
	II. večera				Chlieb s paštétou (1,3)
Utorok 23.6.2026	Raňajky	Sendvič s maslom a zeleninou, bylinkový čaj (1,3,7)	Sendvič s maslom a zeleninou, bylinkový čaj (1,3,7)	Sendvič s maslom a zeleninou, bylinkový čaj (1,3,7)	Sendvič s maslom a zeleninou, bylinkový čaj (1,3,7)
	Desiata	Kompót	Kompót	Kompót	Kompót
	Obed	0,33l Zeleninová polievka s krupicovými haluškami (1,3,9), 100g Hrachový prívarok, údené mäso, chlieb (1,3,7)	0,33l Zeleninová polievka s krupicovými haluškami (1,3,9), 100g Hrachový prívarok, údené mäso, chlieb (1,3,7)	0,33l Zeleninová polievka s krupicovými haluškami (1,3,9), 100g Hrachový prívarok, údené mäso, chlieb (1,3,7)	0,33l Zeleninová polievka s krupicovými haluškami (1,3,9), 100g Hrachový prívarok, údené mäso, chlieb (1,3,7)
	Olovrant	Nutridrink (7)	Nutridrink (7)	Nutridrink (7)	Nutridrink (7)
	Večera	250g Šunková pena, zelenina, chlieb (1,3,7)	250g Šunková pena, zelenina, chlieb (1,3,7)	250g Šunková pena, zelenina, chlieb (1,3,7)	250g Šunková pena, zelenina, chlieb (1,3,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Streda 24.6.2026	Raňajky	Obložená zemľa (šunka, syr, vajíčko, zelenina), ovocný 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)	Obložená zemľa (šunka, syr, vajíčko, zelenina), ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Kapustová polievka so zemiakmi (9,12), 100g Bravčový rezeň, varené zemiaky, uhorkový šalát (1,3,7)	0,33l Kapustová polievka so zemiakmi (9,12), 100g Bravčový rezeň, varené zemiaky, uhorkový šalát (1,3,7)	0,33l Kapustová polievka so zemiakmi (9,12), 100g Bravčový rezeň, varené zemiaky, uhorkový šalát (1,3,7)	0,33l Kapustová polievka so zemiakmi (9,12), 100g Bravčový rezeň, varené zemiaky, uhorkový šalát (1,3,7)
	Olovrant	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Večera	250g Krupicová kaša s Grankom (1,7)	250g Krupicová kaša s Grankom (1,7)	250g Krupicová kaša s Grankom (1,7)	250g Dia krupicová kaša so škoricom (1,7)
	II. večera				Sendvič so šunkou a maslom (1,3,7)
Štvrtok 25.6.2026	Raňajky	Treska, rohlík, čierny čaj (1,3,4,7,12)	Treska, rohlík, čierny čaj (1,3,4,7,12)	Treska, rohlík, čierny čaj (1,3,4,7,12)	Treska, rohlík, čierny čaj (1,3,4,7,12)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Francúzska cibuľačka, krutóny, syr (1,3,7,9), 100g Bravčové soté, ružičkový kel, tarhoňa (1,3,9)	0,33l Francúzska cibuľačka, krutóny, syr (1,3,7,9), 100g Bravčové soté, ružičkový kel, tarhoňa (1,3,9)	0,33l Francúzska cibuľačka, krutóny, syr (1,3,7,9), 100g Bravčové soté, ružičkový kel, tarhoňa (1,3,9)	0,33l Francúzska cibuľačka, krutóny, syr (1,3,7,9), 100g Bravčové soté, ružičkový kel, tarhoňa (1,3,9)
	Olovrant	Slané pečivo (1,3)	Slané pečivo (1,3)	Slané pečivo (1,3)	Slané pečivo (1,3)
	Večera	250g Pečené zemiaky, acidofilné mlieko (7)	250g Pečené zemiaky, acidofilné mlieko (7)	250g Pečené zemiaky, acidofilné mlieko (7)	250g Pečené zemiaky, acidofilné mlieko (7)
	II. večera				Chlieb so syrom a zeleninou (1,7)

Piatok 26.6.2026	Raňajky	Vajíčková nátierka, zelenina, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Vajíčková nátierka, zelenina, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Vajíčková nátierka, zelenina, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Vajíčková nátierka, zelenina, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Hrstková polievka (1,9), 100g Zeleninový karbonátok, zemiaková kaša, paradajkový šalát (1,3,7,12)	0,33l Hrstková polievka (1,9), 100g Zeleninový karbonátok, zemiaková kaša, paradajkový šalát (1,3,7,12)	0,33l Hrstková polievka (1,9), 100g Zeleninový karbonátok, zemiaková kaša, paradajkový šalát (1,3,7,12)	0,33l Hrstková polievka (1,9), 100g Zeleninový karbonátok, zemiaková kaša, paradajkový šalát (1,3,7,12)
	Olovrant	Sladké pečivo (1,3,7)	Sladké pečivo (1,3,7)	Sladké pečivo (1,3,7)	Dia pečivo (1,3,7)
	Večera	250g Rizoto so špargľou, syr (1,7,9)	250g Rizoto so špargľou, syr (1,7,9)	250g Rizoto so špargľou, syr (1,7,9)	250g Rizoto so špargľou, syr (1,7,9)
	II. večera				Sendvič so syrovou nátierkou (1,3,7)
Sobota 27.6.2026	Raňajky	Salámová pena, chlieb, bylinkový čaj (1,3,7)	Salámová pena, chlieb, bylinkový čaj (1,3,7)	Salámová pena, chlieb, bylinkový čaj (1,3,7)	Salámová pena, chlieb, bylinkový čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Minestrone (9), 100g Bravčové výpečky, dusená kyslá kapusta, varené zemiaky (9,10,12)	0,33l Minestrone (9), 100g Bravčové výpečky, dusená kyslá kapusta, varené zemiaky (9,10,12)	0,33l Minestrone (9), 100g Bravčové výpečky, dusená kyslá kapusta, varené zemiaky (9,10,12)	0,33l Minestrone (9), 100g Bravčové výpečky, dusená kyslá kapusta, varené zemiaky (9,10,12)
	Olovrant	Výživa	Výživa	Výživa	Dia výživa
	Večera	250g Cestoviny s paradajkovo-bazalkovou omáčkou, syr (1,3,7)	250g Cestoviny s paradajkovo-bazalkovou omáčkou, syr (1,3,7)	250g Cestoviny s paradajkovo-bazalkovou omáčkou, syr (1,3,7)	250g Cestoviny s paradajkovo-bazalkovou omáčkou, syr (1,3,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Nedeľa 28.6.2026	Raňajky	Pražnica so šunkou, rohlík, čierny čaj (1,3,7)	Pražnica so šunkou, rohlík, čierny čaj (1,3,7)	Pražnica so šunkou, rohlík, čierny čaj (1,3,7)	Pražnica so šunkou, rohlík, čierny čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Kuracie na prírodno, nivová omáčka, ryža, kapustovo-mrkvový šalát (1,7,12)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Kuracie na prírodno, nivová omáčka, ryža, kapustovo-mrkvový šalát (1,7,12)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Kuracie na prírodno, nivová omáčka, ryža, kapustovo-mrkvový šalát (1,7,12)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Kuracie na prírodno, nivová omáčka, ryža, kapustovo-mrkvový šalát (1,7,12)
	Olovrant	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Večera	250g Obložený sendvič - šunka, saláma, syr, vajíčko, zelenina (1,3,7)	250g Obložený sendvič - šunka, saláma, syr, vajíčko, zelenina (1,3,7)	250g Obložený sendvič - šunka, saláma, syr, vajíčko, zelenina (1,3,7)	250g Obložený sendvič - šunka, saláma, syr, vajíčko, zelenina (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: 19.6.2026

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