

JEDÁLNY LÍSTOK HESTIA n.o. 27. TÝŽDEŇ

Dátum		Diéta č.2/5 Šetriaca	Diéta č.3 Racionálna	Diéta č.8 Redukčná	Diéta č.9 Diabetická
Pondelok 29.6.2026	Raňajky	Sendvič s maslom a džemom, kakao (1,3,7)	Sendvič s maslom a džemom, kakao (1,3,7)	Sendvič s maslom a džemom, kakao (1,3,7)	Sendvič s maslom a Dia džemom, Caro (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Hrachová polievka s údeným mäsom (1,9), 100g Kuracie plátky zapekané s broskyňou a syrom, pečené zemiaky (7)	0,33l Hrachová polievka s údeným mäsom (1,9), 100g Kuracie plátky zapekané s broskyňou a syrom, pečené zemiaky (7)	0,33l Hrachová polievka s údeným mäsom (1,9), 100g Kuracie plátky zapekané s broskyňou a syrom, pečené zemiaky (7)	0,33l Hrachová polievka s údeným mäsom (1,9), 100g Kuracie plátky zapekané s broskyňou a syrom, pečené zemiaky (7)
	Olovrant	Čokoládový puding (7)	Čokoládový puding (7)	Čokoládový puding (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Párky s horčicou, chlieb (1,3,10)	250g Párky s horčicou, chlieb (1,3,10)	250g Párky s horčicou, chlieb (1,3,10)	250g Párky s horčicou, chlieb (1,3,10)
	II. večera				Chlieb s paštétou (1,3)
Utorok 30.6.2026	Raňajky	Bryndzová nátierka, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Bryndzová nátierka, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Bryndzová nátierka, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Bryndzová nátierka, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Kompót	Kompót	Kompót	Kompót
	Obed	0,33l Fazuľová polievka na kyslo (1,7,9,12), 100g Špagety Bolognese, syr (1,3,9)	0,33l Fazuľová polievka na kyslo (1,7,9,12), 100g Špagety Bolognese, syr (1,3,9)	0,33l Fazuľová polievka na kyslo (1,7,9,12), 100g Špagety Bolognese, syr (1,3,9)	0,33l Fazuľová polievka na kyslo (1,7,9,12), 100g Špagety Bolognese, syr (1,3,9)
	Olovrant	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Večera	250g Podplamenník s tvarohom a slaninou (1,3,7)	250g Podplamenník s tvarohom a slaninou (1,3,7)	250g Podplamenník s tvarohom a slaninou (1,3,7)	250g Podplamenník s tvarohom a slaninou (1,3,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Streda 1.7.2026	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 Zeleninová polievka s krupicovými haluškami (1,3,9), 100g Hovädzie na viedenský spôsob s volským okom a cibuľkou, ryža, šalát (1,3)	0,33l Zeleninová polievka s krupicovými haluškami (1,3,9), 100g Hovädzie na viedenský spôsob s volským okom a cibuľkou, ryža, šalát (1,3)	0,33l Zeleninová polievka s krupicovými haluškami (1,3,9), 100g Hovädzie na viedenský spôsob s volským okom a cibuľkou, ryža, šalát (1,3)	0,33l Zeleninová polievka s krupicovými haluškami (1,3,9), 100g Hovädzie na viedenský spôsob s volským okom a cibuľkou, ryža, šalát (1,3)
	Olovrant	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Obložený tanier s údeninou, kyslá uhorka, rohlík (1,3,7,12)	250g Obložený tanier s údeninou, kyslá uhorka, rohlík (1,3,7,12)	250g Obložený tanier s údeninou, kyslá uhorka, rohlík (1,3,7,12)	250g Obložený tanier s údeninou, kyslá uhorka, rohlík (1,3,7,12)
	II. večera				Sendvič so šunkou a maslom (1,3,7)
Štvrtok 2.7.2026	Raňajky	Sardinková nátierka, chlieb, bylinkový čaj (1,3,4,7,10)	Sardinková nátierka, chlieb, bylinkový čaj (1,3,4,7,10)	Sardinková nátierka, chlieb, bylinkový čaj (1,3,4,7,10)	Sardinková nátierka, chlieb, bylinkový čaj (1,3,4,7,10)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Šošovicová polievka so zeleninou (1,9), 100g Strapačky, pečená krkovička (1,3,9,10)	0,33l Šošovicová polievka so zeleninou (1,9), 100g Strapačky, pečená krkovička (1,3,9,10)	0,33l Šošovicová polievka so zeleninou (1,9), 100g Strapačky, pečená krkovička (1,3,9,10)	0,33l Šošovicová polievka so zeleninou (1,9), 100g Strapačky, pečená krkovička (1,3,9,10)
	Olovrant	Ovocný jogurt (7)	Ovocný jogurt (7)	Ovocný jogurt (7)	Ovocný Dia jogurt (7)
	Večera	250g Oškvarková nátierka, chlieb (1,3,7)	250g Oškvarková nátierka, chlieb (1,3,7)	250g Oškvarková nátierka, chlieb (1,3,7)	250g Oškvarková nátierka, chlieb (1,3,7)
	II. večera				Chlieb so syrom a zeleninou (1,7)

Piatok 3.7.2026	Raňajky	Vajíčkový šalát, sendvič, čierny čaj (1,3,7,10,12)	Vajíčkový šalát, sendvič, čierny čaj (1,3,7,10,12)	Vajíčkový šalát, sendvič, čierny čaj (1,3,7,10,12)	Vajíčkový šalát, sendvič, čierny čaj (1,3,7,10,12)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Pórová polievka so zemiakmi (9), 100g Vyprášaná parenica, varené zemiaky, tzatziki (1,3,7,9,12)	0,33l Pórová polievka so zemiakmi (9), 100g Vyprášaná parenica, varené zemiaky, tzatziki (1,3,7,9,12)	0,33l Pórová polievka so zemiakmi (9), 100g Vyprášaná parenica, varené zemiaky, tzatziki (1,3,7,9,12)	0,33l Pórová polievka so zemiakmi (9), 100g Vyprášaná parenica, varené zemiaky, tzatziki (1,3,7,9,12)
	Olovrant	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Večera	250g Hokaido rizoto, syr (1,7,9)	250g Hokaido rizoto, syr (1,7,9)	250g Hokaido rizoto, syr (1,7,9)	250g Hokaido rizoto, syr (1,7,9)
	II. večera				Sendvič so syrovou nátierkou (1,3,7)
Sobota 4.7.2026	Raňajky	Chlieb s maslom a šunkou, zelenina, ovocný čaj (1,3,7)	Chlieb s maslom a šunkou, zelenina, ovocný čaj (1,3,7)	Chlieb s maslom a šunkou, zelenina, ovocný čaj (1,3,7)	Chlieb s maslom a šunkou, zelenina, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Karfiolová polievka s mrkvou (9), 100g Vykostené morčacie stehno, ryža, kompót (1)	0,33l Karfiolová polievka s mrkvou (9), 100g Vykostené morčacie stehno, ryža, kompót (1)	0,33l Karfiolová polievka s mrkvou (9), 100g Vykostené morčacie stehno, ryža, kompót (1)	0,33l Karfiolová polievka s mrkvou (9), 100g Vykostené morčacie stehno, ryža, kompót (1)
	Olovrant	Výživa	Výživa	Výživa	Dia výživa
	Večera	250g Špenát s varenými zemiakmi a vajíčkom (1,3,7,9)	250g Špenát s varenými zemiakmi a vajíčkom (1,3,7,9)	250g Špenát s varenými zemiakmi a vajíčkom (1,3,7,9)	250g Špenát s varenými zemiakmi a vajíčkom (1,3,7,9)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Nedeľa 5.7.2026	Raňajky	Pražnica s cibuľou a syrom, sendvič, čierny čaj (1,3,7)	Pražnica s cibuľou a syrom, sendvič, čierny čaj (1,3,7)	Pražnica s cibuľou a syrom, sendvič, čierny čaj (1,3,7)	Pražnica s cibuľou a syrom, sendvič, 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 so šunkou, syrom a kápiou, zemiaková kaša (7)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Kuracie so šunkou, syrom a kápiou, zemiaková kaša (7)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Kuracie so šunkou, syrom a kápiou, zemiaková kaša (7)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Kuracie so šunkou, syrom a kápiou, zemiaková kaša (7)
	Olovrant	Červený melón	Červený melón	Červený melón	Červený melón
	Večera	250g Bulharský šalát, rohlík (1,3)	250g Bulharský šalát, rohlík (1,3)	250g Bulharský šalát, rohlík (1,3)	250g Bulharský šalát, rohlík (1,3)
	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: 26.6.2026

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