

JEDÁLNY LÍSTOK HESTIA n.o. 33. TÝŽDEN

Dátum		Diéta č.2/5 Šetriaca	Diéta č.3 Racionálna	Diéta č.8 Redukčná	Diéta č.9 Diabetická
Pondelok 10.8.2026	Raňajky	Sendvič s maslom a džemom, Caro (1,3,7)	Sendvič s maslom a džemom, Caro (1,3,7)	Sendvič s maslom a džemom, 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 Brokolicovo-karfiolová polievka na paprike (9), 100g Ázijské kuracie soté, ryžové rezance (1,3,4,6,9)	0,33l Brokolicovo-karfiolová polievka na paprike (9), 100g Ázijské kuracie soté, ryžové rezance (1,3,4,6,9)	0,33l Brokolicovo-karfiolová polievka na paprike (9), 100g Ázijské kuracie soté, ryžové rezance (1,3,4,6,9)	0,33l Brokolicovo-karfiolová polievka na paprike (9), 100g Ázijské kuracie soté, ryžové rezance (1,3,4,6,9)
	Olovrant	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Večera	250g Lievance s ovocnou penou (1,3,7)	250g Lievance s ovocnou penou (1,3,7)	250g Lievance s ovocnou penou (1,3,7)	250g Lievance s Dia tvarohom (1,3,7)
	II. večera				Chlieb s paštétou (1,3)
Utorok 11.8.2026	Raňajky	Šunkovo-papriková pena, chlieb, bylinkový čaj (1,3,7)	Šunkovo-papriková pena, chlieb, bylinkový čaj (1,3,7)	Šunkovo-papriková pena, chlieb, bylinkový čaj (1,3,7)	Šunkovo-papriková pena, chlieb, bylinkový čaj (1,3,7)
	Desiata	Kompót	Kompót	Kompót	Kompót
	Obed	0,33l Zeleninová polievka s liatym cestom (1,3), 100g Bravčové zbojnícke soté, ryža, šalát (1,3,12)	0,33l Zeleninová polievka s liatym cestom (1,3), 100g Bravčové zbojnícke soté, ryža, šalát (1,3,12)	0,33l Zeleninová polievka s liatym cestom (1,3), 100g Bravčové zbojnícke soté, ryža, šalát (1,3,12)	0,33l Zeleninová polievka s liatym cestom (1,3), 100g Bravčové zbojnícke soté, ryža, šalát (1,3,12)
	Olovrant	Sladké pečivo (1,3,7)	Sladké pečivo (1,3,7)	Sladké pečivo (1,3,7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Cviklové palacinky s feta nátierkou (1,3,7)	250g Cviklové palacinky s feta nátierkou (1,3,7)	250g Cviklové palacinky s feta nátierkou (1,3,7)	250g Cviklové palacinky s feta nátierkou (1,3,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Streda 12.8.2026	Raňajky	Párky, horčica, chlieb, ovocný čaj (1,3,10)	Párky, horčica, chlieb, ovocný čaj (1,3,10)	Párky, horčica, chlieb, ovocný čaj (1,3,10)	Párky, horčica, chlieb, ovocný čaj (1,3,10)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Zelerová polievka so zemiakmi (1,9), 100g Luskový prívarok, varené zemiaky, vajíčko (1,3,7,9,12)	0,33l Zelerová polievka so zemiakmi (1,9), 100g Luskový prívarok, varené zemiaky, vajíčko (1,3,7,9,12)	0,33l Zelerová polievka so zemiakmi (1,9), 100g Luskový prívarok, varené zemiaky, vajíčko (1,3,7,9,12)	0,33l Zelerová polievka so zemiakmi (1,9), 100g Luskový prívarok, varené zemiaky, vajíčko (1,3,7,9,12)
	Olovrant	Výživa	Výživa	Výživa	Dia výživa
	Večera	250g Hydinovo-syrový tanier, rohlík, zelenina (1,3)	250g Hydinovo-syrový tanier, rohlík, zelenina (1,3)	250g Hydinovo-syrový tanier, rohlík, zelenina (1,3)	250g Hydinovo-syrový tanier, rohlík, zelenina (1,3)
	II. večera				Sendvič so šunkou a maslom (1,3,7)
Štvrtok 13.8.2026	Raňajky	Obložená žemľa, bylinkový čaj (1,3,7)	Obložená žemľa, bylinkový čaj (1,3,7)	Obložená žemľa, bylinkový čaj (1,3,7)	Obložená žemľa, bylinkový čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Gulášová polievka (1,9), 100g Bratislavské pliecko na smotane, cestovina (1,3,7)	0,33l Gulášová polievka (1,9), 100g Bratislavské pliecko na smotane, cestovina (1,3,7)	0,33l Gulášová polievka (1,9), 100g Bratislavské pliecko na smotane, cestovina (1,3,7)	0,33l Gulášová polievka (1,9), 100g Bratislavské pliecko na smotane, cestovina (1,3,7)
	Olovrant	Melón	Melón	Melón	Melón
	Večera	250g Jablkovo-strúhanková štrúdl'a (1,3,7)	250g Jablkovo-strúhanková štrúdl'a (1,3,7)	250g Jablkovo-strúhanková štrúdl'a (1,3,7)	250g Dia jablkovo-strúhanková štrúdl'a (1,3,7)
	II. večera				Chlieb so syrom a zeleninou (1,7)

Piatok 14.8.2026	Raňajky	Ajvar, chlieb, čierny čaj (1,3,9,12)	Ajvar, chlieb, čierny čaj (1,3,9,12)	Ajvar, chlieb, čierny čaj (1,3,9,12)	Ajvar, chlieb, čierny čaj (1,3,9,12)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Kulajda (1,3,7,9,12), 100g Zapekaná cuketa so zeleninou a syrom, varené zemiaky, šalát (3,7,9,12)	0,33l Kulajda (1,3,7,9,12), 100g Zapekaná cuketa so zeleninou a syrom, varené zemiaky, šalát (3,7,9,12)	0,33l Kulajda (1,3,7,9,12), 100g Zapekaná cuketa so zeleninou a syrom, varené zemiaky, šalát (3,7,9,12)	0,33l Kulajda (1,3,7,9,12), 100g Zapekaná cuketa so zeleninou a syrom, varené zemiaky, šalát (3,7,9,12)
	Olovrant	Tvarohovo-ovocná pena, piškóty (1,3,7)	Tvarohovo-ovocná pena, piškóty (1,3,7)	Tvarohovo-ovocná pena, piškóty (1,3,7)	Dia tvarohová pena, piškóty (1,3,7)
	Večera	250g Plnené pečené zemiaky, Acidko (7,9)	250g Plnené pečené zemiaky, Acidko (7,9)	250g Plnené pečené zemiaky, Acidko (7,9)	250g Plnené pečené zemiaky, Acidko (7,9)
	II. večera				Sendvič so syrovou nátierkou (1,3,7)
Sobota 15.8.2026	Raňajky	Broskyňa plnená s kuracím paté, rohlík, ovocný čaj (1,3,7)	Broskyňa plnená s kuracím paté, rohlík, ovocný čaj (1,3,7)	Broskyňa plnená s kuracím paté, rohlík, ovocný čaj (1,3,7)	Broskyňa plnená s kuracím paté, rohlík, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Cuketová polievka s klobásovým prachom (7,9), 100g Rybacia sekaná, pečená zelenina, pažitkovo-cesnakový dip (7,9)	0,33l Cuketová polievka s klobásovým prachom (7,9), 100g Rybacia sekaná, pečená zelenina, pažitkovo-cesnakový dip (7,9)	0,33l Cuketová polievka s klobásovým prachom (7,9), 100g Rybacia sekaná, pečená zelenina, pažitkovo-cesnakový dip (7,9)	0,33l Cuketová polievka s klobásovým prachom (7,9), 100g Rybacia sekaná, pečená zelenina, pažitkovo-cesnakový dip (7,9)
	Olovrant	Jogurt (7)	Jogurt (7)	Jogurt (7)	Dia jogurt (7)
	Večera	250g Zeleninový šalát	250g Zeleninový šalát	250g Zeleninový šalát	250g Zeleninový šalát
	II. večera				Biely jogurt (7)
Nedeľa 16.8.2026	Raňajky	Hemendex, chlieb, čierny čaj (1,3,7)	Hemendex, chlieb, čierny čaj (1,3,7)	Hemendex, chlieb, čierny čaj (1,3,7)	Hemendex, chlieb, čierny čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Vývar s pečeňovými haluškami (1,3,9), 100g Kurací Gordon, pečené zemiaky, šalát (7,12)	0,33l Vývar s pečeňovými haluškami (1,3,9), 100g Kurací Gordon, pečené zemiaky, šalát (7,12)	0,33l Vývar s pečeňovými haluškami (1,3,9), 100g Kurací Gordon, pečené zemiaky, šalát (7,12)	0,33l Vývar s pečeňovými haluškami (1,3,9), 100g Kurací Gordon, pečené zemiaky, šalát (7,12)
	Olovrant	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Večera	250g Cestoviny s Morcaddellou (1,3,7)	250g Cestoviny s Morcaddellou (1,3,7)	250g Cestoviny s Morcaddellou (1,3,7)	250g Cestoviny s Morcaddellou (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: 7.8.2026

