

JEDÁLNY LÍSTOK HESTIA n.o. 37. TÝŽDEŇ

Dátum		Diéta č.2/5 Šetriaca	Diéta č.3 Racionálna	Diéta č.8 Redukčná	Diéta č.9 Diabetická
Pondelok 7.9.2026	Raňajky	Makový rohlík s maslom a džemom, Caro (1,3,7)	Makový rohlík s maslom a džemom, Caro (1,3,7)	Makový rohlík s maslom a džemom, Caro (1,3,7)	Makový rohlík s maslom a Dia džemom, Caro (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Mrkvový krém so zázvorom (7), 100g Kuracie stripsy na mede so sezamom, zemiakovo-batatové pyré (7,11)	0,33l Mrkvový krém so zázvorom (7), 100g Kuracie stripsy na mede so sezamom, zemiakovo-batatové pyré (7,11)	0,33l Mrkvový krém so zázvorom (7), 100g Kuracie stripsy na mede so sezamom, zemiakovo-batatové pyré (7,11)	0,33l Mrkvový krém so zázvorom (7), 100g Kuracie stripsy na mede so sezamom, zemiakovo-batatové pyré (7,11)
	Olovrant	Biely jogurt s piškótami (7)	Biely jogurt s piškótami (7)	Biely jogurt s piškótami (7)	Biely jogurt s piškótami (7)
	Večera	250g Cviklové placky plnené šampiňónmi a tofu (1,3,7)	250g Cviklové placky plnené šampiňónmi a tofu (1,3,7)	250g Cviklové placky plnené šampiňónmi a tofu (1,3,7)	250g Cviklové placky plnené šampiňónmi a tofu (1,3,7)
	II. večera				Chlieb s paštétou (1,3)
Utorok 8.9.2026	Raňajky	Šunková pena, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Šunková pena, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Šunková pena, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Šunková pena, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Kompót	Kompót	Kompót	Kompót
	Obed	0,33l Kuracia kari polievka s kokosovým mliekom (6), 100g Morčacie stehno s cibuľkou a slaninou, varené zemiaky, šalát (12)	0,33l Kuracia kari polievka s kokosovým mliekom (6), 100g Morčacie stehno s cibuľkou a slaninou, varené zemiaky, šalát (12)	0,33l Kuracia kari polievka s kokosovým mliekom (6), 100g Morčacie stehno s cibuľkou a slaninou, varené zemiaky, šalát (12)	0,33l Kuracia kari polievka s kokosovým mliekom (6), 100g Morčacie stehno s cibuľkou a slaninou, varené zemiaky, šalát (12)
	Olovrant	Výživa	Výživa	Výživa	Dia výživa
	Večera	250g Marhuľové guľky so strúhankou a maslom (1,3,7)	250g Marhuľové guľky so strúhankou a maslom (1,3,7)	250g Marhuľové guľky so strúhankou a maslom (1,3,7)	250g Dia marhuľové guľky so strúhankou a maslom (1,3,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Streda 9.9.2026	Raňajky	Obložená žemľa (šunka, syr, vajíčko, zelenina), bylinkový čaj (1,3,7)	Obložená žemľa (šunka, syr, vajíčko, zelenina), bylinkový čaj (1,3,7)	Obložená žemľa (šunka, syr, vajíčko, zelenina), bylinkový čaj (1,3,7)	Obložená žemľa (šunka, syr, vajíčko, zelenina), bylinkový čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Boršč s mäsom (9), 100g Kurací rezeň plnený enciánom, cibuľkou a kápiou, kukuricová ryža, šalát (7,12)	0,33l Boršč s mäsom (9), 100g Kurací rezeň plnený enciánom, cibuľkou a kápiou, kukuricová ryža, šalát (7,12)	0,33l Boršč s mäsom (9), 100g Kurací rezeň plnený enciánom, cibuľkou a kápiou, kukuricová ryža, šalát (7,12)	0,33l Boršč s mäsom (9), 100g Kurací rezeň plnený enciánom, cibuľkou a kápiou, kukuricová ryža, šalát (7,12)
	Olovrant	Syrový pagáč (1,3)	Syrový pagáč (1,3)	Syrový pagáč (1,3)	Syrový pagáč (1,3)
	Večera	250g Halušky s vajíčkom, čalamáda (1,3,12)	250g Halušky s vajíčkom, čalamáda (1,3,12)	250g Halušky s vajíčkom, čalamáda (1,3,12)	250g Halušky s vajíčkom, čalamáda (1,3,12)
	II. večera				Sendvič so šunkou a maslom (1,3,7)
Štvrtok 10.9.2026	Raňajky	Treska, chlieb, čierny čaj (1,3,4,7,9)	Treska, chlieb, čierny čaj (1,3,4,7,9)	Treska, chlieb, čierny čaj (1,3,4,7,9)	Treska, chlieb, čierny čaj (1,3,4,7,9)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Šošovicová polievka s klobásou (1,9), 100g Kapustové listy plnené mäsom, paradajková omáčka, varené zemiaky (1,3)	0,33l Šošovicová polievka s klobásou (1,9), 100g Kapustové listy plnené mäsom, paradajková omáčka, varené zemiaky (1,3)	0,33l Šošovicová polievka s klobásou (1,9), 100g Kapustové listy plnené mäsom, paradajková omáčka, varené zemiaky (1,3)	0,33l Šošovicová polievka s klobásou (1,9), 100g Kapustové listy plnené mäsom, paradajková omáčka, varené zemiaky (1,3)
	Olovrant	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Večera	250g Tvarohovo-jablková žemľovka (1,3,7)	250g Tvarohovo-jablková žemľovka (1,3,7)	250g Tvarohovo-jablková žemľovka (1,3,7)	250g Dia tvarohovo-jablková žemľovka (1,3,7)
	II. večera				Chlieb so syrom a zeleninou (1,7)

Piatok 11.9.2026	Raňajky	Vajíčkový šalát, rohlík, ovocný čaj (1,3,7,10,12)	Vajíčkový šalát, rohlík, ovocný čaj (1,3,7,10,12)	Vajíčkový šalát, rohlík, ovocný čaj (1,3,7,10,12)	Vajíčkový šalát, rohlík, ovocný čaj (1,3,7,10,12)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Šampiňónová polievka na kyslo (1,7,12), 100g Bryndzové halušky s pažitkou (1,3,7)	0,33l Šampiňónová polievka na kyslo (1,7,12), 100g Bryndzové halušky s pažitkou (1,3,7)	0,33l Šampiňónová polievka na kyslo (1,7,12), 100g Bryndzové halušky s pažitkou (1,3,7)	0,33l Šampiňónová polievka na kyslo (1,7,12), 100g Bryndzové halušky s pažitkou (1,3,7)
	Olovrant	Puding s broskyňou (7)	Puding s broskyňou (7)	Puding s broskyňou (7)	Biely jogurt s broskyňou (7)
	Večera	250g Cestovinový šalát s vajíčkom, syrom a zeleninou (1,3,7)	250g Cestovinový šalát s vajíčkom, syrom a zeleninou (1,3,7)	250g Cestovinový šalát s vajíčkom, syrom a zeleninou (1,3,7)	250g Cestovinový šalát s vajíčkom, syrom a zeleninou (1,3,7)
	II. večera				Sendvič so syrovou nátierkou (1,3,7)
Sobota 12.9.2026	Raňajky	Salámovo-kápiová nátierka, sendvič, bylinkový čaj (1,3,7)	Salámovo-kápiová nátierka, sendvič, bylinkový čaj (1,3,7)	Salámovo-kápiová nátierka, sendvič, bylinkový čaj (1,3,7)	Salámovo-kápiová nátierka, sendvič, bylinkový čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Cícerová smotanová polievka s opečenou klobáskou (7,9), 100g Bravčová živánska, kapustový šalát (10,12)	0,33l Cícerová smotanová polievka s opečenou klobáskou (7,9), 100g Bravčová živánska, kapustový šalát (10,12)	0,33l Cícerová smotanová polievka s opečenou klobáskou (7,9), 100g Bravčová živánska, kapustový šalát (10,12)	0,33l Cícerová smotanová polievka s opečenou klobáskou (7,9), 100g Bravčová živánska, kapustový šalát (10,12)
	Olovrant	Ovocný jogurt (7)	Ovocný jogurt (7)	Ovocný jogurt (7)	Dia ovocný jogurt (7)
	Večera	250g Podplamenník s bryndzou, klobásou a cibuľou (1,3,7)	250g Podplamenník s bryndzou, klobásou a cibuľou (1,3,7)	250g Podplamenník s bryndzou, klobásou a cibuľou (1,3,7)	250g Podplamenník s bryndzou, klobásou a cibuľou (1,3,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Nedeľa 13.9.2026	Raňajky	Vianočka vo vajíčku s javorovým sirupom, čierny čaj (1,3,7)	Vianočka vo vajíčku s javorovým sirupom, čierny čaj (1,3,7)	Vianočka vo vajíčku s javorovým sirupom, čierny čaj (1,3,7)	Sendvič s maslom a medom, 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 Maďarský guláš, knedľa (1,3)	0,33l Vývar s pečeňovými haluškami (1,3,9), 100g Maďarský guláš, knedľa (1,3)	0,33l Vývar s pečeňovými haluškami (1,3,9), 100g Maďarský guláš, knedľa (1,3)	0,33l Vývar s pečeňovými haluškami (1,3,9), 100g Maďarský guláš, knedľa (1,3)
	Olovrant	Tvaroh s ovocím (7)	Tvaroh s ovocím (7)	Tvaroh s ovocím (7)	Dia tvaroh (7)
	Večera	250g Šunkovo-syrové slimáky so zeleninou (1,3,7)	250g Šunkovo-syrové slimáky so zeleninou (1,3,7)	250g Šunkovo-syrové slimáky so zeleninou (1,3,7)	250g Šunkovo-syrové slimáky so zeleninou (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: 4.9.2026

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