

JEDÁLNY LÍSTOK HESTIA n.o. 41. TÝŽDEŇ

Dátum		Diéta č.2/5 Šetriaca	Diéta č.3 Racionálna	Diéta č.8 Redukčná	Diéta č.9 Diabetická
Pondelok 5.10.2026	Raňajky	Bábovka, mlieko (1,3,7)	Bábovka, mlieko (1,3,7)	Bábovka, mlieko (1,3,7)	Chlieb s maslom a Dia džemom, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Hokaido krém (7), 100g Kurací rezeň so šunkou, nivou a kápiou, pečené baby zemiaky, šalát (1,3,7,12)	0,33l Hokaido krém (7), 100g Kurací rezeň so šunkou, nivou a kápiou, pečené baby zemiaky, šalát (1,3,7,12)	0,33l Hokaido krém (7), 100g Kurací rezeň so šunkou, nivou a kápiou, pečené baby zemiaky, šalát (1,3,7,12)	0,33l Hokaido krém (7), 100g Kurací rezeň so šunkou, nivou a kápiou, pečené baby zemiaky, šalát (1,3,7,12)
	Olovrant	Jogurt (7)	Jogurt (7)	Jogurt (7)	Dia jogurt (7)
	Večera	250g Slimáky z lístkového cesta (1,3,7)	250g Slimáky z lístkového cesta (1,3,7)	250g Slimáky z lístkového cesta (1,3,7)	250g Slimáky z lístkového cesta (1,3,7)
	II. večera				Chlieb s paštétou (1,3)
Utorok 6.10.2026	Raňajky	Vajíčkový šalát s tuniakom, sendvič, čierny čaj (1,3,4,7)	Vajíčkový šalát s tuniakom, sendvič, čierny čaj (1,3,4,7)	Vajíčkový šalát s tuniakom, sendvič, čierny čaj (1,3,4,7)	Vajíčkový šalát s tuniakom, sendvič, čierny čaj (1,3,4,7)
	Desiata	Kompót	Kompót	Kompót	Kompót
	Obed	0,33l Zelerová polievka so zemiakmi (1,9), 100g Plnené morčacie s brokolicou a syrom, zemiaková kaša s mrkvou, šalát (7,12)	0,33l Zelerová polievka so zemiakmi (1,9), 100g Plnené morčacie s brokolicou a syrom, zemiaková kaša s mrkvou, šalát (7,12)	0,33l Zelerová polievka so zemiakmi (1,9), 100g Plnené morčacie s brokolicou a syrom, zemiaková kaša s mrkvou, šalát (7,12)	0,33l Zelerová polievka so zemiakmi (1,9), 100g Plnené morčacie s brokolicou a syrom, zemiaková kaša s mrkvou, šalát (7,12)
	Olovrant	Slaný pagáč (1,3)	Slaný pagáč (1,3)	Slaný pagáč (1,3)	Slaný pagáč (1,3)
	Večera	250g Bublanina s ovocím (1,3,7)	250g Bublanina s ovocím (1,3,7)	250g Bublanina s ovocím (1,3,7)	250g Dia bublanina s ovocím (1,3,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Streda 7.10.2026	Raňajky	Obložená žemľa (syr, šunka, vajíčko, zelenina), ovocný čaj (1,3,7)	Obložená žemľa (syr, šunka, vajíčko, zelenina), ovocný čaj (1,3,7)	Obložená žemľa (syr, šunka, vajíčko, zelenina), ovocný čaj (1,3,7)	Obložená žemľa (syr, šunka, vajíčko, zelenina), ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Kapustnica (12), 100g Bryndzové pirohy so smotanou a pažitkou (1,3,7)	0,33l Kapustnica (12), 100g Bryndzové pirohy so smotanou a pažitkou (1,3,7)	0,33l Kapustnica (12), 100g Bryndzové pirohy so smotanou a pažitkou (1,3,7)	0,33l Kapustnica (12), 100g Bryndzové pirohy so smotanou a pažitkou (1,3,7)
	Olovrant	Výživa s piškótami (1,3)	Výživa s piškótami (1,3)	Výživa s piškótami (1,3)	Dia výživa s piškótami (1,3)
	Večera	250g Šunková pena, chlieb, zelenina (1,3,7)	250g Šunková pena, chlieb, zelenina (1,3,7)	250g Šunková pena, chlieb, zelenina (1,3,7)	250g Šunková pena, chlieb, zelenina (1,3,7)
	II. večera				Sendvič so šunkou a maslom (1,3,7)
Štvrtok 8.10.2026	Raňajky	Parížsky šalát, rohlík, bylinkový čaj (1,3,7)	Parížsky šalát, rohlík, bylinkový čaj (1,3,7)	Parížsky šalát, rohlík, bylinkový čaj (1,3,7)	Parížsky šalát, rohlík, bylinkový čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Rascová polievka s vajcom (3), 100g Mäsové guľky, paradajková omáčka, varené zemiaky (1,3)	0,33l Rascová polievka s vajcom (3), 100g Mäsové guľky, paradajková omáčka, varené zemiaky (1,3)	0,33l Rascová polievka s vajcom (3), 100g Mäsové guľky, paradajková omáčka, varené zemiaky (1,3)	0,33l Rascová polievka s vajcom (3), 100g Mäsové guľky, paradajková omáčka, varené zemiaky (1,3)
	Olovrant	Koláč (1,3,7)	Koláč (1,3,7)	Koláč (1,3,7)	Dia koláč (1,3,7)
	Večera	250g Šunkovo-zeleninová pizza, syr (1,3,7)	250g Šunkovo-zeleninová pizza, syr (1,3,7)	250g Šunkovo-zeleninová pizza, syr (1,3,7)	250g Šunkovo-zeleninová pizza, syr (1,3,7)
	II. večera				Chlieb so syrom a zeleninou (1,7)

Piatok 9.10.2026	Raňajky	Mrkvovo-tvarohová nátierka, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Mrkvovo-tvarohová nátierka, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Mrkvovo-tvarohová nátierka, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Mrkvovo-tvarohová nátierka, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Minestrone (1,3,9), 100g Zeleninovo-syrový špíz v cestíčku, varené zemiaky, tatarská omáčka (1,3,7,10,12)	0,33l Minestrone (1,3,9), 100g Zeleninovo-syrový špíz v cestíčku, varené zemiaky, tatarská omáčka (1,3,7,10,12)	0,33l Minestrone (1,3,9), 100g Zeleninovo-syrový špíz v cestíčku, varené zemiaky, tatarská omáčka (1,3,7,10,12)	0,33l Minestrone (1,3,9), 100g Zeleninovo-syrový špíz v cestíčku, varené zemiaky, tatarská omáčka (1,3,7,10,12)
	Olovrant	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Večera	250g Podplamenník so slaninou, bryndzou a cibuľkou (1,3,7)	250g Podplamenník so slaninou, bryndzou a cibuľkou (1,3,7)	250g Podplamenník so slaninou, bryndzou a cibuľkou (1,3,7)	250g Podplamenník so slaninou, bryndzou a cibuľkou (1,3,7)
	II. večera				Sendvič so syrovou nátierkou (1,3,7)
Sobota 10.10.2026	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 Mrkvová polievka s hráškom (9), 100g Pečené kuracie stehno, ryža, kompót	0,33l Mrkvová polievka s hráškom (9), 100g Pečené kuracie stehno, ryža, kompót	0,33l Mrkvová polievka s hráškom (9), 100g Pečené kuracie stehno, ryža, kompót	0,33l Mrkvová polievka s hráškom (9), 100g Pečené kuracie stehno, ryža, kompót
	Olovrant	Puding (7)	Puding (7)	Puding (7)	Dia puding (7)
	Večera	250g Pečené zemiaky, Acidko (7)	250g Pečené zemiaky, Acidko (7)	250g Pečené zemiaky, Acidko (7)	250g Pečené zemiaky, Acidko (7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Nedeľa 11.10.2026	Raňajky	Omeleta so šunkou a zeleninou, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Omeleta so šunkou a zeleninou, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Omeleta so šunkou a zeleninou, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)	Omeleta so šunkou a zeleninou, chlieb, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Hovädzí guláš, knedľa (1,3,7)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Hovädzí guláš, knedľa (1,3,7)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Hovädzí guláš, knedľa (1,3,7)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Hovädzí guláš, knedľa (1,3,7)
	Olovrant	Jogurt (7)	Jogurt (7)	Jogurt (7)	Dia jogurt (7)
	Večera	250g Obložený sendvič, zelenina (1,3,7)	250g Obložený sendvič, zelenina (1,3,7)	250g Obložený sendvič, zelenina (1,3,7)	250g Obložený sendvič, 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: 1.10.2026

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