

JEDÁLNY LÍSTOK HESTIA n.o. 44. TÝŽDEŇ

Dátum		Diéta č.2/5 Šetriaca	Diéta č.3 Racionálna	Diéta č.8 Redukčná	Diéta č.9 Diabetická
Pondelok 26.10.2026	Raňajky	Vianočka s maslom a medom, Caro (1,3,7)	Vianočka s maslom a medom, Caro (1,3,7)	Vianočka s maslom a medom, 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 Šošovicová polievka na kyslo (7,12), 100g Zapekané kuracie prsia s paradajkou a syrom, pečené zemiaky, šalát (7,12)	0,33l Šošovicová polievka na kyslo (7,12), 100g Zapekané kuracie prsia s paradajkou a syrom, pečené zemiaky, šalát (7,12)	0,33l Šošovicová polievka na kyslo (7,12), 100g Zapekané kuracie prsia s paradajkou a syrom, pečené zemiaky, šalát (7,12)	0,33l Šošovicová polievka na kyslo (7,12), 100g Zapekané kuracie prsia s paradajkou a syrom, pečené zemiaky, šalát (7,12)
	Olovrant	Jogurt (7)	Jogurt (7)	Jogurt (7)	Dia jogurt (7)
	Večera	250g Cestovinový šalát so šunkou, syrom, vajíčkom a zeleninou (1,3,7)	250g Cestovinový šalát so šunkou, syrom, vajíčkom a zeleninou (1,3,7)	250g Cestovinový šalát so šunkou, syrom, vajíčkom a zeleninou (1,3,7)	250g Cestovinový šalát so šunkou, syrom, vajíčkom a zeleninou (1,3,7)
	II. večera				Chlieb s paštétou (1,3)
Utorok 27.10.2026	Raňajky	Šunková pena so syrom a pažitkou, chlieb, bylinkový čaj (1,3,7)	Šunková pena so syrom a pažitkou, chlieb, bylinkový čaj (1,3,7)	Šunková pena so syrom a pažitkou, chlieb, bylinkový čaj (1,3,7)	Šunková pena so syrom a pažitkou, chlieb, bylinkový čaj (1,3,7)
	Desiata	Kompót	Kompót	Kompót	Kompót
	Obed	0,33l Frankfurtská polievka (1), 100g Koložvarská kapusta, kyslá uhorka (1,3,7,12)	0,33l Frankfurtská polievka (1), 100g Koložvarská kapusta, kyslá uhorka (1,3,7,12)	0,33l Frankfurtská polievka (1), 100g Koložvarská kapusta, kyslá uhorka (1,3,7,12)	0,33l Frankfurtská polievka (1), 100g Koložvarská kapusta, kyslá uhorka (1,3,7,12)
	Olovrant	Tvarohová pena, piškóty (1,3,7)	Tvarohová pena, piškóty (1,3,7)	Tvarohová pena, piškóty (1,3,7)	Dia tvarohová pena, piškóty (1,3,7)
	Večera	250g Zemiakové placky s párkom (1,3,7)	250g Zemiakové placky s párkom (1,3,7)	250g Zemiakové placky s párkom (1,3,7)	250g Zemiakové placky s párkom (1,3,7)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Streda 28.10.2026	Raňajky	Zeleninovo-salámová nátierka, žemľa, čierny čaj (1,3,7)	Zeleninovo-salámová nátierka, žemľa, čierny čaj (1,3,7)	Zeleninovo-salámová nátierka, žemľa, čierny čaj (1,3,7)	Zeleninovo-salámová nátierka, žemľa, čierny čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Zemiaková polievka na kyslo s kôprom (1,3,7,12), 100g Pečené kuracie stehno, ryža s kukuricou, kompót	0,33l Zemiaková polievka na kyslo s kôprom (1,3,7,12), 100g Pečené kuracie stehno, ryža s kukuricou, kompót	0,33l Zemiaková polievka na kyslo s kôprom (1,3,7,12), 100g Pečené kuracie stehno, ryža s kukuricou, kompót	0,33l Zemiaková polievka na kyslo s kôprom (1,3,7,12), 100g Pečené kuracie stehno, ryža s kukuricou, kompót
	Olovrant	Pagáč (1,3)	Pagáč (1,3)	Pagáč (1,3)	Pagáč (1,3)
	Večera	250g Langoše s kečupom a syrom (1,3,7)	250g Langoše s kečupom a syrom (1,3,7)	250g Langoše s kečupom a syrom (1,3,7)	250g Langoše s kečupom a syrom (1,3,7)
	II. večera				Sendvič so šunkou a maslom (1,3,7)
Štvrtok 29.10.2026	Raňajky	Tuniaková nátierka s vajíčkom, chlieb, ovocný čaj (1,3,4,7)	Tuniaková nátierka s vajíčkom, chlieb, ovocný čaj (1,3,4,7)	Tuniaková nátierka s vajíčkom, chlieb, ovocný čaj (1,3,4,7)	Tuniaková nátierka s vajíčkom, chlieb, ovocný čaj (1,3,4,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Tekvicový prívarok, zemiaky, varené vajíčko (1,3,7,12)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Tekvicový prívarok, zemiaky, varené vajíčko (1,3,7,12)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Tekvicový prívarok, zemiaky, varené vajíčko (1,3,7,12)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Tekvicový prívarok, zemiaky, varené vajíčko (1,3,7,12)
	Olovrant	Výživa	Výživa	Výživa	Výživa
	Večera	250g Perky s lekvárom a makom (1,3,7)	250g Perky s lekvárom a makom (1,3,7)	250g Perky s lekvárom a makom (1,3,7)	250g Perky s Dia džemom a makom (1,3,7)
	II. večera				Chlieb so syrom a zeleninou (1,7)

Piatok 30.10.2026	Raňajky	Vajíčkovovo-šunkový šalát, rohlík, bylinkový čaj (1,3,7)	Vajíčkovovo-šunkový šalát, rohlík, bylinkový čaj (1,3,7)	Vajíčkovovo-šunkový šalát, rohlík, bylinkový čaj (1,3,7)	Vajíčkovovo-šunkový šalát, rohlík, bylinkový čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Fazuľová polievka na kyslo (7,12), 100g Grilovaný encián, varené zemiaky, brusnice (7)	0,33l Fazuľová polievka na kyslo (7,12), 100g Grilovaný encián, varené zemiaky, brusnice (7)	0,33l Fazuľová polievka na kyslo (7,12), 100g Grilovaný encián, varené zemiaky, brusnice (7)	0,33l Fazuľová polievka na kyslo (7,12), 100g Grilovaný encián, varené zemiaky, brusnice (7)
	Olovrant	Koláč (1,3,7)	Koláč (1,3,7)	Koláč (1,3,7)	Dia koláč (1,3,7)
	Večera	250g Rezance s tvarohom na slano (1,3,7)	250g Rezance s tvarohom na slano (1,3,7)	250g Rezance s tvarohom na slano (1,3,7)	250g Rezance s tvarohom na slano (1,3,7)
	II. večera				Sendvič so syrovou nátierkou (1,3,7)
Sobota 31.10.2026	Raňajky	Jablkovo-cibuľová nátierka, chlieb, čierny čaj (1,3)	Jablkovo-cibuľová nátierka, chlieb, čierny čaj (1,3)	Jablkovo-cibuľová nátierka, chlieb, čierny čaj (1,3)	Jablkovo-cibuľová nátierka, chlieb, čierny čaj (1,3)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Hrášková polievka s mrkvou, 100g Kurací Gordon v cestíčku, zemiaková kaša, šalát (1,3,7)	0,33l Hrášková polievka s mrkvou, 100g Kurací Gordon v cestíčku, zemiaková kaša, šalát (1,3,7)	0,33l Hrášková polievka s mrkvou, 100g Kurací Gordon v cestíčku, zemiaková kaša, šalát (1,3,7)	0,33l Hrášková polievka s mrkvou, 100g Kurací Gordon v cestíčku, zemiaková kaša, šalát (1,3,7)
	Olovrant	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Šunkové fliačky, kyslá uhorka (1,3)	250g Šunkové fliačky, kyslá uhorka (1,3)	250g Šunkové fliačky, kyslá uhorka (1,3)	250g Šunkové fliačky, kyslá uhorka (1,3)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Nedeľa 1.11.2026	Raňajky	Chlieb vo vajci, bylinkový čaj (1,3)	Chlieb vo vajci, bylinkový čaj (1,3)	Chlieb vo vajci, bylinkový čaj (1,3)	Chlieb vo vajci, bylinkový čaj (1,3)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Vývar s pečeňovými haluškami (1,3,9), 100g Bravčové výpečky, kapusta, knedľa (1,3)	0,33l Vývar s pečeňovými haluškami (1,3,9), 100g Bravčové výpečky, kapusta, knedľa (1,3)	0,33l Vývar s pečeňovými haluškami (1,3,9), 100g Bravčové výpečky, kapusta, knedľa (1,3)	0,33l Vývar s pečeňovými haluškami (1,3,9), 100g Bravčové výpečky, kapusta, knedľa (1,3)
	Olovrant	Bábovka (1,3,7)	Bábovka (1,3,7)	Bábovka (1,3,7)	Sendvič s maslom (1,3,7)
	Večera	250g Šúľance s orechovou posýpkou (1,3,7,8)	250g Šúľance s orechovou posýpkou (1,3,7,8)	250g Šúľance s orechovou posýpkou (1,3,7,8)	250g Šúľance s Dia orechovou posýpkou (1,3,7,8)
	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: 23.10.2026

