**JEDÁLNY LÍSTOK HESTIA n.o. 48. TÝŽDEŇ**

| Dátum | | Diéta č.2/5 Šetriaca | Diéta č.3 Racionálna | Diéta č.4 Žlčníková | Diéta č.9 Diabetická |
|---|---|---|---|---|---|
| Pondelok 23.11.2026 | Raňajky | Biele pečivo s maslom a medom, ovocný čaj (1,3,7) | Vianočka s maslom a medom, kakao (1,3,7) | Biele pečivo s maslom a medom, ovocný čaj (1,3,7) | Tmavý chlieb s maslom a Dia džemom, ovocný čaj (1,3,7) |
| | Desiata | Vanilkový jogurt (7) | Ovocie | Ovocie | Ovocie |
| | Obed | 0,33l Zeleninová polievka z koreňovej zeleniny s liatym cestom (1,3,9), 100g Dusené kuracie prsia, ryža, kompót | 0,33l Zeleninová polievka s liatym cestom (1,3,9) 100g Kuracie prsia s brokolicou a syrom, ryža, mrkvový šalát (7) | 0,33l Zeleninová polievka z koreňovej zeleniny s liatym cestom (1,3,9), 100g Dusené kuracie prsia, ryža, kompót | 0,33l Zeleninová polievka z koreňovej zeleniny s liatym cestom (1,3,9), 100g Kuracie prsia s brokolicou a syrom, 1/2 ryža, mrkvový šalát bez cukru (7) |
| | Olovrant | Ovocie bez šupky a jadier | Ovocný jogurt (7) | Ovocie bez šupky a jadier | Biely jogurt (7) |
| | Večera | 250g Pečené zemiaky, Acidko (7) | 250g Pečené zemiaky, Acidko (7) | 250g Pečené zemiaky, Acidko (7) | 250g Pečené zemiaky, Acidko (7) |
| | II. večera | | | | Tmavý chlieb s paštétou (1,3) |
| Utorok 24.11.2026 | Raňajky | Biely chlieb s maslom a šunkou, bylinkový čaj (1,3,7) | Chlieb s maslom a šunkou, zelenina, bylinkový čaj (1,3,7) | Chlieb s maslom a šunkou, zelenina, bylinkový čaj (1,3,7) | Tmavý chlieb s maslom a šunkou, zelenina, bylinkový čaj (1,3,7) |
| | Desiata | Ovocie bez šupky a jadier | Ovocie | Ovocie | Ovocie |
| | Obed | 0,33l Rascová polievka s vajcom (3), 100g Dusené hovädzie mäso, kolienka (1,3) | 0,33l Rascová polievka s vajcom (3), 100g Hovädzie ragú, kolienka (1,3,9) | 0,33l Rascová polievka s vajcom (3), 100g Dusené hovädzie mäso, kolienka (1,3) | 0,33l Rascová polievka s vajcom (3), 100g Hovädzie ragú, 1/2 kolienka (1,3,9) |
| | Olovrant | Jablková výživa | Jablková výživa | Jablková výživa | Dia jablková výživa |
| | Večera | 250g Ryžový nákyp s marhuľami (1,3,7) | 250g Ryžový nákyp s ovocím (1,3,7) | 250g Ryžový nákyp s mahuľami (1,3,7) | 250g Dia ryžový nákyp (1,3,7) |
| | II. večera | | | | Biely jogurt (7) |
| Streda 25.11.2026 | Raňajky | Biely chlieb s nízkotučným syrom, čierny čaj (1,3,7) | Syrová nátierka, chlieb, zelenina, čierny čaj (1,3,7) | Biely chlieb s nízkotučným syrom, čierny čaj (1,3,7) | Syrová nátierka, tmavý chlieb, zelenina, čierny čaj (1,3,7) |
| | Desiata | Ovocie bez šupky a jadier | Ovocie | Ovocie | Ovocie |
| | Obed | 0,33l Kalerábová mliečna polievka (7), 100g Rybie filé na bylinkovom masle, varené zemiaky, dusená zelenina (4,7) | 0,33l Kalerábová mliečna polievka (7), 100g Rybie filé na bylinkovom masle, varené zemiaky, dusená zelenina (4,7) | 0,33l Kalerábová mliečna polievka (7), 100g Rybie filé na bylinkovom masle, varené zemiaky, dusená zelenina (4,7) | 0,33l Kalerábová mliečna polievka (7), 100g Rybie filé na bylinkovom masle, 1/2 varené zemiaky, dusená zelenina (4,7) |
| | Olovrant | Puding (7) | Puding (7) | Puding (7) | Dia puding (7) |
| | Večera | 250g Šunkové fliačky, mrkvový šalát (1,3) | 250g Šunkové fliačky, mrkvový šalát (1,3) | 250g Šunkové fliačky, mrkvový šalát (1,3) | 250g Šunkové fliačky, mrkvový šalát bez cukru (1,3) |
| | II. večera | | | | Tmavý chlieb so šunkou a maslom (1,3,7) |
| Štvrtok 26.11.2026 | Raňajky | Vianočka s maslom, bylinkový čaj (1,3,7) | Parížsky šalát z jogurtu, rohlík, bylinkový čaj (1,3,7) | Vianočka s maslom, bylinkový čaj (1,3,7) | Parížsky šalát z jogurtu, tmavé pečivo, bylinkový čaj (1,3,7) |
| | Desiata | Ovocie bez šupky a jadier | Ovocie | Ovocie | Ovocie |
| | Obed | 0,33l Hydinový vývar s rezancami (1,3,9), 100g Bravčové mäso na rasci, halušky (1,3) | 0,33l Hydinový vývar s rezancami (1,3,9), 100g Segedínsky guláš, knedľa (1,3,7,12) | 0,33l Hydinový vývar s rezancami (1,3,9), 100g Bravčové mäso na rasci, halušky (1,3) | 0,33l Hydinový vývar s rezancami (1,3,9), 100g Segedínsky guláš, 1/2 knedľa (1,3,7,12) |
| | Olovrant | Biely jogurt (7) | Biely jogurt (7) | Biely jogurt (7) | Biely jogurt (7) |
| | Večera | 250g Zeleninové rizoto, nízkotučný syr (1,7) | 250g Zeleninové rizoto, syr, cvikla (1,7) | 250g Zeleninové rizoto, nízkotučný syr (1,7) | 250g Zeleninové rizoto, syr, cvikla (1,7) |
| | II. večera | | | | Tmavý chlieb so syrom a zeleninou (1,7) |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **Piatok 27.11.2026** | **Raňajky** | Biely chlieb s maslom a šunkou, varený bielok, ovocný čaj (1,3,7) | Chlieb s maslom a salámou, vajíčko, zelenina, ovocný čaj (1,3,7) | Biely chlieb s maslom a šunkou, varený bielok, ovocný čaj (1,3,7) | Tmavý chlieb s maslom a salámou, vajíčko, zelenina, ovocný čaj (1,3,7) |
| | **Desiata** | Ovocie bez šupky a jadier | Ovocie | Ovocie | Ovocie |
| | **Obed** | 0,33l Zeleninový vývar s haluškami (1,3), 100g Dusený karfiol, varené zemiaky, jogurt (7) | 0,33l Hrášková polievka s haluškami (1,3), 100g Vyprážaný karfiol, varené zemiaky, tatarská omáčka (1,3,7,10) | 0,33l Zeleninový vývar s haluškami (1,3), 100g Dusený karfiol, varené zemiaky, jogurt (7) | 0,33l Hrášková polievka s haluškami (1,3), 100g Vyprážaný karfiol, varené zemiaky, tatarská omáčka (1,3,7,10) |
| | **Olovrant** | Sladké pečivo (1,3,7) | Sladké pečivo (1,3,7) | Sladké pečivo (1,3,7) | Acidko (7) |
| | **Večera** | 250g Krupicová kaša so škoricou (1,7) | 250g Krupicová kaša so škoricou (1,7) | 250g Krupicová kaša so škoricou (1,7) | 250g Dia krupicová kaša so škoricou (1,7) |
| | **II. večera** | | | | Tmavé pečivo so syrovou nátierkou (1,3,7) |
| **Sobota 28.11.2026** | **Raňajky** | Biele pečivo s maslom a džemom, čierny čaj (1,3,7) | Hemendex, rohlík, čierny čaj (1,3,7) | Biele pečivo s maslom a džemom, čierny čaj (1,3,7) | Hemendex, tmavý chlieb, čierny čaj (1,3,7) |
| | **Desiata** | Ovocie bez šupky a jadier | Ovocie | Ovocie | Ovocie |
| | **Obed** | 0,33l Zelerová mliečna polievka (7), 100g Morčacie mäso na prírodno, cestovina (1,3) | 0,33l Zelerová mliečna polievka (7), 100g Morčacie mäso na mexický spôsob, cestovina (1,3,7,9) | 0,33l Zelerová mliečna polievka (7), 100g Morčacie mäso na prírodno, cestovina (1,3) | 0,33l Zelerová mliečna polievka (7), 100g Morčacie mäso na mexický spôsob, 1/2 cestovina (1,3,7,9) |
| | **Olovrant** | Jablková výživa | Jablková výživa | Jablková výživa | Jablková výživa |
| | **Večera** | 250g Rezance s tvarohom (1,3,7) | 250g Zeleninové závitky, pažítkový dip (1,3,7) | 250g Rezance s tvarohom (1,3,7) | 250g Zeleninové závitky, pažítkový dip (1,3,7) |
| | **II. večera** | | | | Biely jogurt (7) |
| **Nedeľa 29.11.2026** | **Raňajky** | Tvarohová nátierka, biely chlieb, ovocný čaj (1,3,7) | Tvarohová nátierka, chlieb, ovocný čaj (1,3,7) | Tvarohová nátierka, biely chlieb, ovocný čaj (1,3,7) | Tvarohová nátierka, tmavý chlieb, ovocný čaj (1,3,7) |
| | **Desiata** | Ovocie bez šupky a jadier | Ovocie | Ovocie | Ovocie |
| | **Obed** | 0,33l Mrkvová polievka, 100g Varené kuracie mäso, ryža, broskyňový kompót | 0,33l Fazuľová polievka so zeleninou (9), 100g Kurací Stroganov, ryža (1,7,10,12) | 0,33l Mrkvová polievka, 100g Varené kuracie mäso, ryža, broskyňový kompót | 0,33l Fazuľová polievka so zeleninou (9), 100g Kurací Stroganov, ryža (1,7,10,12) |
| | **Olovrant** | Keks (1,3,7) | Keks (1,3,7) | Keks (1,3,7) | Dia keks (1,3,7) |
| | **Večera** | 250g Obložený biely chlieb - šunka, maslo, vajíčko (1,3,7) | 250g Obložený chlieb - šunka, maslo, vajíčko (1,3,7) | 250g Obložený biely chlieb - šunka, maslo, vajíčko (1,3,7) | 250g Obložený tmavý chlieb - šunka, maslo, vajíčko (1,3,7) |
| | **II.večera** | | | | Tmavý chlieb s maslom (1,3,7) |

Pozn.: zmena jedálneho lístka vyhradená. Pri hlavnom jedle je uvádzaná gramáž mäsa.

Vypracoval: Mária Bachová a Bc. Michaela Matiasová

Schválil: Mgr. Katarína Stančeková

Dňa: 19.11.2026

HESTIA, n.o. Bošániho 2 Bratislava
U17012993302
Mgr. Katarína Stančeková
osoba zodpovedná za ošetrovateľskú starostlivosť
D21611252