

JEDÁLNY LÍSTOK NA OBDOBIE OD 16. 12. 2024 DO 22. 12. 2024

Deň	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera
Po 16.12.	Žemľa (1, 7) - porcia: 100 g Maslo rastlinné (7) - porcia: 40 g Syr tvrdý (Obsahuje: 7) - porcia: 30 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	Jablká - porcia: 200 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	Polievka z miešaných strukovín so zeleninou a pohánkou (1, 9) - porcia: 250 g Čufy na dalmátsky spôsob (1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 12) - porcia: 155 g, mäso: 90 g Zemiaky opekané I. - porcia: 250 g	Sladké pečivo (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11) - porcia: 80g	Bravčové stehno po taliansky (Obsahuje: 1, 6, 7, 9, 10, 11) - porcia: 200 g Cestoviny (Obsahuje: 1, 3) - porcia: 185 g
Ut 17.12.	Chlieb pšeničný (R) (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 150 g Nátierka liptovská (R) (Obsahuje: 7) - porcia: 60g Pór - porcia: 16 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	Mandarínky - porcia: 200 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	Polievka rascová s vajcom (1, 3, 7, 9) - porcia: 250 g Hovädzia pečienka husárska (1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11) - porcia: 95 g, porcia: 52 g Zemiaky s maslom I. (7) - porcia: 250 g Šalát cviklový s pomaranč a med - porcia: 125g	Termix (Obsahuje: 7) - porcia - g: 100 g	Cuketa a šampiňóny na paradajkách s tarhoňou (Obsahuje: 1, 3, 7) - porcia: 325 g Šalát hlávkový - porcia: 80 g
St 18.12.	Pečivo celozrné (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 100 g Maslo rastlinné (7) - porcia: 30 g Varené vajcia (3) - porcia: 100 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	Banány - porcia: 250 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	Polievka cibuľová so syrom a chlebom (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 250 g Hydinové guľky v cuketovo-rajčiakovej omáčke (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 10, 11) - porcia: 195g Zemiaky varené s maslom I. (7) - porcia: 250 g	Jogurt ovocný (Obsahuje: 7) - porcia - g: 100 g	Bravčové stehno s brokolicou (Obsahuje: 1, 6, 7, 9, 10, 11) - porcia: 150g Ryža dusená - porcia: 190 g
Št 19.12.	Chlieb pšeničný (R) (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 150 g Nátierka vlašská (3, 7, 10) - porcia: 60 g Paradajky - porcia: 36 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	Pomaranče - porcia: 250 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	Polievka z hlavy ustricovej s cestovinou (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12) - porcia: 250 g Hovädzí guláš maďarský (Obsahuje: 1, 5, 6, 7, 9, 10, 11) - šťava: 110 g, porcia: 52 g Cestoviny (1, 3) - porcia: 185 g	Pečivo celozrné (OL,V2) (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 50 g Smotanový syr - trojuholníčky (7) - porcia: 16 g	Chlieb pšeničný (V) (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 200g Horčica - porcia: 50 g Varené párky jemné (V) - porcia: 150g Čaj ovocný s medom - porcia: 250 g
Pi 20.12.	Lúpačky - R (Obsahuje: 1, 3, 7) - porcia: 160 g Krém čokoládovo-orieškový [60499] (Obsahuje: 6, 7, 8) - porcia: 30 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	Mandarínky - porcia: 200 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	Polievka hrachová s mäsom a so zeleninou (1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11) - mäso: 15 g, porcia: 250 g Bryndzové pirohy – hlbokomrazené (1, 7) - porcia: 240 g Mlieko (7) - porcia: 250 g	Detská výživa - porcia: 200 g	Chlieb pšeničný (1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 200g Maslo rastlinné (7) - porcia: 40 g Údené mäso (12) - porcia: 100 g Džús - porcia: 250g
So 21.12.	Chlieb pšeničný (1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 150 g Nátierka kuracia (7) - porcia: 60 g Zeleninová obloha - uhorka šalátová - porcia: 24 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	Banány - porcia: 250 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	Polievka cesnaková so zemiakmi (1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11) - porcia: 250 g Karbonátok z rybieho filé pečený (Obsahuje: 1, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 11, 12) - porcia: 115 g Zemiaky varené s maslom I. (7) - porcia: 250 g Šalát zelerový s mrkvou (9) - porcia: 100 g	Žemľa OL,V2 (Obsahuje: 1, 7) - porcia: 50g Paštéta OL,V2 (Obsahuje: 1, 3, 6, 7) - porcia: 40g	Hovädzí guláš s červenou fazuľou (Obsahuje: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13) - šťava: 103 g, porcia: 52 g Chlieb k prívarku celozrný (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 100 g
Ne 22.12.	Chlieb pšeničný (Obsahuje: 1, 3, 5, 7, 8, 11, 12) - porcia: 150 g Maslo rastlinné (Obsahuje: 7) - porcia: 40 g Med porcovaný - porcia: 20g Mlieko ochutené (Obsahuje: 6, 7) - porcia: 250 g	Kiwi - porcia: 200 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	Polievka hovädzia s mäsom a cestovinou (1, 6, 7, 9, 10, 11) - porcia: 250 g, mäso: 15 g Ázijská kuracia panvica (1, 3, 4, 6, 7, 8) - šťava: 55 g, porcia: 54 g Americké zemiaky pečené (5, 12) - porcia: 165 g Tatarska omáčka z jogurtu (1, 6, 7, 9, 10, 11) - porcia: 80 g	Detská výživa - porcia: 200 g	Chlieb pšeničný (V) (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 200g Maslo rastlinné (Obsahuje: 7) - porcia: 40 g Šunka dusená (V) - porcia: 100 g Paradajky (V) - porcia: 80 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g

Zmena jedálneho lístka je vyhradená.

Vypracoval:

Schválil:

JEDÁLNY LÍSTOK NA OBDOBIE OD 16. 12. 2024 DO 22. 12. 2024 Diabetická strava

Deň	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
Po 16.12.	DIA Žemľa - porcia: 100 g Maslo rastlinné - porcia: 40 g Syr tvrdý - porcia: 30 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	DIA Jablká - porcia: 200 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	DIA Polievka z miešaných strukovín so zeleninou - porcia: 250 g Čufty na dalmátsky spôsob - porcia: 155 g, mäso: 90 g Zemiaky opekané I. - porcia: 250 g	DIA Pizzový slimák - porcia 1ks (80g)	DIA Bravčové stehno po taliansky - šťava: 100 g, porcia: 54 g Cestoviny - porcia: 185 g	DIA Chlieb pšeničný (V2) - porcia: 50 g maslo V2 - porcia: 20g Smotanový syr - trojuholníčky (OL) - porcia: 16 g
Ut 17.12.	DIA Chlieb pšeničný (R) - porcia: 150 g Nátierka liptovská (R) - porcia: 60g Zeleninová obloha - pór - porcia: 16 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	DIA Mandarínky - porcia: 200 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	DIA Polievka rascová s vajcom - porcia: 250 g Hovädzia pečienka husárska - porcia: 95 g, porcia: 52 g Zemiaky varené s maslom I. - porcia: 250 g Šalát cviklový s pomarančom a medom - porcia:125g	DIA Jogurt biely - porcia: 150g	DIA Cuketa a šampiňóny na paradajkách s tarhoňou - porcia: 325 g Šalát hlávkový - porcia: 80 g	DIA Pečivo celozrné (OL,V2) - porcia: 50 g Šunková pena (OL,V2) - porcia:30g
St 18.12.	DIA Pečivo celozrné - porcia: 100 g Maslo rastlinné (OL) - porcia: 30 g Varené vajcia (R) - porcia: 100 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	DIA Banány - porcia: 250 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	DIA Polievka cibuľová so syrom a chlebom - porcia: 250 g Hydinové guľky v cuketovo-rajčiakovej omáčke - porcia:195g Zemiaky varené s maslom I. - porcia: 250 g	DIA Jogurt biely - porcia: 150g	DIA Bravčové stehno s brokolicou - porcia: 150g Ryža dusená - porcia: 190 g	DIA Chlieb pšeničný (V2) - porcia: 50 g maslo V2 - porcia: 20g Syr plátkový OL,V2 - porcia: 15 g
Št 19.12.	DIA Chlieb pšeničný (R) - porcia: 150 g Nátierka vlašská (R) - porcia: 60 g Zeleninová obloha - paradajky - porcia: 36 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	DIA Pomaranče - porcia: 250 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	DIA Polievka z hlivy ustricovej s cestovinou - porcia: 250 g Hovädzí guláš maďarský - šťava: 110 g, porcia: 52 g Cestoviny - porcia: 185 g	DIA Pečivo celozrné (OL,V2) - porcia: 50 g Smotanový syr - trojuholníčky (OL) - porcia: 16 g	DIA Chlieb pšeničný (V) - porcia: 200g Horčica - porcia: 50 g Varené párky jemné (V) - porcia: 150g Čaj ovocný s medom - porcia: 250 g	DIA Chlieb pšeničný (V2) - porcia: 50 g Paštéta OL,V2 - porcia: 40g
Pi 20.12.	DIA Chlieb pšeničný (R) - porcia: 150 g Francúzska nátierka - porcia:60g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	DIA Mandarínky - porcia: 200 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	DIA Polievka hrachová s mäsom a so zeleninou - mäso: 15 g, porcia: 250 g Bryndzové pirohy – hlbokomrazené - porcia: 240 g Mlieko - porcia: 250 g	DIA Detská výživa DIA - porcia: 200 g	DIA Chlieb pšeničný (V) - porcia: 200g Maslo rastlinné - porcia: 40 g Údené mäso (V) - porcia:100 g Džús - porcia: 250g	DIA Pečivo celozrné (OL,V2) - porcia: 50 g maslo V2 - porcia: 20g Syr tavený kiri OL - porcia: 16 g
So 21.12.	DIA Chlieb pšeničný (R) - porcia: 150 g Nátierka kuracia (R) - porcia: 60 g Zeleninová obloha - uhorka šalátová - porcia: 24 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	DIA Banány - porcia: 250 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	DIA Polievka cesnaková so zemiakmi - porcia: 250 g Karbonátok z rybieho filé pečený - porcia: 115 g Zemiaky varené s maslom I. - porcia: 250 g Šalát zelerový s mrkvou - porcia: 100 g	DIA Žemľa OL,V2 - porcia 50g Paštéta OL,V2 - porcia: 40g	DIA Hovädzí guláš s červenou fazuľou - šťava: 103 g, porcia: 52 g Chlieb k prívarku celozrný - porcia: 100 g	DIA Chlieb pšeničný (V2) - porcia: 50 g maslo V2 - porcia: 20g Suchá saláma (D,OL,V2) - porcia: 30g
Ne 22.12.	DIA Chlieb pšeničný (R) - porcia: 150 g Maslo rastlinné - porcia: 40 g Džem DIA - porcia: 20g Mlieko ochutené - porcia: 250 g	DIA Kiwi - porcia: 200 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	DIA Polievka hovädzia s mäsom - porcia: 250 g, mäso: 15 g Cestovina - porcia: 20 g Ázijská kuracia panvica - šťava: 55 g, porcia: 54 g Americké zemiaky pečené v rúre - porcia: 165 g Tatárska omáčka z jogurtu - porcia: 80 g	DIA Detská výživa DIA - porcia: 200 g	DIA Chlieb pšeničný (V) - porcia: 200g Maslo rastlinné - porcia: 40 g Šunka dusená (V) - porcia:100 g Zeleninová obloha – paradajky (V) - porcia: 80 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	DIA Pľundra cereálna s ov.náplňou - porcia: 80g

Zmena jedálneho lístka je vyhradená.

Vypracoval:

Schválil: