

JEDÁLNY LÍSTOK NA OBDOBIE OD 3. 2. 2025 DO 9. 2. 2025

Deň	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera
Po 3.2.	Chlieb pšeničný (R) (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 150 g Nátierka z tuniaka s mrkvou (7) - porcia: 60 g Red'kovka - porcia: 24 g Biela káva (Obsahuje: 1, 7) - porcia: 250 g	Banány - porcia: 250 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	Polievka paradajková so strúhanou mrkvou a lievankou (1, 3, 7) - porcia: 250 g Bravčové s peperonatom a grilovanými šampiňónmi (1, 3, 6, 7, 9, 10, 11) - šťava: 110 g, porcia: 54 g Zemiaková kaša I. (7) - porcia: 320 g Kyslá uhorka (10) - porcia: 100 g	Párok v rožku (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 100 g	Kapustné fľačky 2 (Obsahuje: 1, 3, 6, 7, 9, 10, 11) - porcia: 360 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g
Ut 4.2.	Zemľa (Obsahuje: 1, 7) - porcia: 100 g Maslo rastlinné (7) - porcia: 40 g Varené vajcia (3) - porcia: 100 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	Mandarínky - porcia: 200 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	Polievka hrachová s mäsom a so zeleninou (1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11) - mäso: 15 g, porcia: 250 g Chlieb k polievke celozrnný (1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 70 g Šišky s džemom (1, 3, 7, 12) - porcia: 300 g Čaj čierny so sirupom - porcia: 250 g	Jogurt biely (Obsahuje: 7) - porcia: 150g	Kuracie mäso poľovnícke (Obsahuje: 1, 6, 7, 9, 10, 11) - porcia: 200 g Ryža dusená - porcia: 190 g Šalát hlávkový - porcia: 80 g
St 5.2.	Chlieb pšeničný (1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 150 g Nátierka sardinková so syrom (6, 7) - porcia: 60 g Paprika - porcia: 30 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	Jablká - porcia: 200 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	Polievka zeleninová (Obsahuje: 9) - porcia: 250 g Pohánka (1, 6) - porcia: 15 g Horehronský rezeň (1, 3, 7) - porcia: 135 g Zemiaková kaša I. (Obsahuje: 7) - porcia: 320 g Kompót miešaný II. - porcia: 150 g	Tvarohový závin (Obsahuje: 1, 3, 6, 7, 8) - porcia: 80g Mlieko ochutené (6, 7) - porcia: 250 g	Cestovina zapečená s bravčovým mäsom a zeleninou (Obsahuje: 1, 3, 6, 7, 9, 10, 11) - porcia: 330 g Šalát cviklový s pomarančom a medom - porcia:125g
Št 6.2.	Zemplínsky koláč (1, 3, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 150 g Nátierka džemová (7, 12) - porcia : 60 g Mlieko ochutené (6,7) - porcia: 250 g	Pomaranče - porcia: 250 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	Polievka milánska (1, 3, 7) - porcia: 250 g Morčacie prsia na šampiňónoch (1, 7) - porcia: 54 g, šťava: 100 g Tarhoňa dusená (1, 3) - porcia: 210 g Šalát z čínskej kapusty - porcia: 110 g Termix (7) - porcia - g: 100 g	Brokolicový slimák (Obsahuje: 1, 3, 7) - porcia 1ks (80g)	Karbonátok so syrom (Obsahuje: 1, 3, 6, 7, 9, 10, 11, 12) - porcia: 115 g Zemiaková kaša I. (Obsahuje: 7) - porcia: 320 g Kompót višňový - porcia: 150 g
Pi 7.2.	Pečivo tukové (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 100g Nátierka maslová so strúhaným syrom(R) (7) - porcia: 60 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	Banány - porcia: 250 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	Polievka špenátová s mäsom a zeleninou - zelené šči (1, 3, 9) - mäso: 18 g, porcia: 250 g Šampiňóny na smotane (1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12) - porcia: 220 g Cestoviny (1, 3) - porcia: 185 g	Sladké pečivo (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11) - porcia: 80g	Zemiakový guláš so špekačkami (Obsahuje: 1, 5, 6, 8, 9, 10, 11) - porcia: 330 g Chlieb k prívarku celozrnný (1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 100 g
So 8.2.	Chlieb pšeničný (R) (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 150 g Nátierka z bravčového mäsa (R) (Obsahuje: 3, 7, 10) - porcia: 60 g Uhorka šalátová - porcia: 24 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	Kiwi - porcia: 200 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	Polievka rascová s vajcom (1, 3, 7, 9) - porcia: 250 g Prívarek šošovicový (1, 6, 7, 9, 10, 11) - porcia: 300 g Karbonátok pečený (1, 3, 6, 7, 9, 10, 11, 12) - porcia: 110 g Chlieb celozrnný (1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 100 g	Žemľa OL,V2 (Obsahuje: 1, 7) - porcia 50g Maslo rastlinné (OL) (7) - porcia: 30 g Kápia - porcia: 36 g	Bravčové stehno s karfiolom (Obsahuje: 1, 6, 7, 9, 10, 11) - porcia: 150g Slovenská ryža (1, 3) - porcia: 200 g Šalát mrkvový so zelerom (9) - porcia: 100 g
Ne 9.2.	Chlieb pšeničný (R) (Obsahuje: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12) - porcia: 150 g Nátierka syrová labužnícka (R) (Obsahuje: 7) - porcia: 60 g Zeleninová obloha - cibuľa jarná - porcia: 19 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	Jablká - porcia: 200 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	Polievka kuracia s cestovinou (1,3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 12) - mäso: 15 g, porcia: 250 g Hovädzie mäso v mrkve (1, 7) - porcia: 52 g, šťava: 130 g Ryža dusená - porcia: 190 g Zeleninová obloha - hlávkový šalát, kukurica, cvikla - porcia: 80 g	Termix (Obsahuje: 7) - porcia - g: 100 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 ovocný - porcia: 250 g

Zmena jedálneho lístka je vyhradená.

Vypracoval:

Schválil:

JEDÁLNY LÍSTOK NA OBDOBIE OD 3. 2. 2025 DO 9. 2. 2025 Diabetická strava

Deň	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
Po 3.2.	DIA Chlieb pšeničný (R) - porcia: 150 g Nátierka z tuniaka s mrkvou (R) - porcia: 60 g Zeleninová obloha - red'kovka - porcia: 24 g Biela káva - porcia: 250 g	DIA Banány - porcia: 250 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	DIA Polievka paradajková so strúhanou mrkvou a lievankou - porcia: 250 g Bravčové mäso s peperonátou a grilovanými šampiňónmi - šťava: 110 g, porcia: 54 g Zemiaková kaša I. - porcia: 320 g Kyslá uhorka - porcia: 100 g	DIA Párok v rožku - porcia: 100 g	DIA Kapustné fliačky 2 - porcia: 360 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	DIA Chlieb pšeničný (V2) - porcia: 50 g Paštéta OL,V2 - porcia: 40g Zeleninová obloha - paradajky - porcia: 36 g
Ut 4.2.	DIA Žemľa - porcia: 100 g Maslo rastlinné - porcia: 40 g Varené vajcia (R) - porcia: 100 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	DIA Mandarinky - porcia: 200 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	DIA Polievka hrachová s mäsom a so zeleninou - mäso: 15 g, porcia: 250 g Chlieb k polievke celozrný - porcia: 70 g Hovädzí guláš mexický - porcia ryža: 180 g, šťava: 110, porcia mäso: 52 g Šalát zelerový s mrkvou - porcia: 100 g Čaj čierny so sirupom - porcia: 250 g	DIA Jogurt biely - porcia: 150g	DIA Kuracie mäso poľovnícke - porcia: 200 g Ryža dusená - porcia: 190 g Šalát hlávkový - porcia: 80 g	DIA Chlieb pšeničný (V2) - porcia: 50 g maslo V2 - porcia: 20g Suchá saláma (D,OL,V2) - porcia: 30g
St 5.2.	DIA Chlieb pšeničný (R) - porcia: 150 g Nátierka sardinková so syrom (R) - porcia: 60 g Zeleninová obloha - paprika - porcia: 30 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	DIA Jablká - porcia: 200 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	DIA Polievka zeleninová - porcia: 250 g Pohánka - porcia: 15 g Horehronský rezeň - porcia: 135 g Zemiaková kaša I. - porcia: 320 g Kompót miešaný II. - porcia: 150 g	DIA Pizzový slimák - porcia 1ks (80g) Mlieko ochutené - porcia: 250 g	DIA Cestovina zapečená s bravčovým mäsom a zeleninou - porcia: 330 g Šalát cviklový s pomarančom a medom - porcia:125g	DIA Chlieb pšeničný (V2) - porcia: 50 g maslo V2 - porcia: 20g Syr tavený kiri OL - porcia: 16 g
Št 6.2.	DIA Zemplínsky koláč - porcia: 150 g maslo - porcia: 40 g Šunka dusená (R) - porcia: 50 g Pečivo celozrné - porcia: 100 g	DIA Pomaranče - porcia: 250 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	DIA Polievka milánska - porcia: 250 g Morčacie prsia na šampiňónoch - porcia: 54 g, šťava: 100 g Tarhoňa dusená - porcia: 210 g Šalát z čínskej kapusty - porcia: 110 g Actívia biela - porcia: 1 ks (120g)	DIA Brokolicový slimák - porcia 1ks (80g)	DIA Karbonátok so syrom - porcia: 115 g Zemiaková kaša I. - porcia: 320 g Kompót višňový - porcia: 150 g	DIA Chlieb pšeničný (V2) - porcia: 50 g maslo V2 - porcia: 20g Džem DIA - porcia: 20g
Pi 7.2.	DIA Pečivo tukové - porcia: 100g Nátierka maslová so strúhaným syrom(R) - porcia: 60 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	DIA Banány - porcia: 250 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	DIA Polievka špenátová s mäsom a zeleninou - zelené šči - mäso: 18 g, porcia: 250 g Šampiňóny na smotane - porcia: 220 g Cestoviny - porcia: 185 g	DIA Actívia biela - porcia: 1 ks (120g)	DIA Zemiakový guláš so špekačkami - porcia: 330 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
So 8.2.	DIA Chlieb pšeničný (R) - porcia: 150 g Nátierka z bravčového mäsa (R) - porcia: 60 g Zeleninová obloha - uhorka šalátová - porcia: 24 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	DIA Kiwi - porcia: 200 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	DIA Polievka rascová s vajcom - porcia: 250 g Prívarok šošovicový - porcia: 300 g Karbonátok pečený - porcia: 110 g Chlieb k prívarku celozrný - porcia: 100 g	DIA Žemľa OL,V2 - porcia 50g Maslo rastlinné (OL) - porcia: 30 g Zeleninová obloha - paradajky - porcia: 36 g	DIA Bravčové stehno s karfiolom - porcia: 150g Slovenská ryža - porcia: 200 g Šalát mrkvový so zelerom - porcia: 100 g	DIA Chlieb pšeničný (V2) - porcia: 50 g maslo V2 - porcia: 20g Syr plátkový OL,V2 - porcia: 15 g
Ne 9.2.	DIA Chlieb pšeničný (R) - porcia: 150 g Nátierka syrová labužnícka (R) - porcia: 60 g Zeleninová obloha - cibuľa jarná - porcia: 19 g Čaj čierny s citrónom - porcia: 250 g	DIA Jablká - porcia: 200 g Čaj ovocný - porcia: 250 g	DIA Polievka kuracia - mäso: 15 g, porcia: 250 g Cestovina - porcia: 20 g Hovädzie mäso v mrkve - porcia: 52 g, šťava: 130 g Ryža dusená - porcia: 190 g Zeleninová obloha - hlávkový šalát, kukurica, cvikla - porcia: 80 g	DIA Jogurt biely - porcia: 150g	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 ovocný - porcia: 250 g	DIA Chlieb pšeničný (V2) - porcia: 50 g Šunková pena (OL,V2) - porcia:30g Zeleninová obloha - paradajky - porcia: 36 g

Zmena jedálneho lístka je vyhradená.

Vypracoval:

Schválil: