

* 320 J E D A L N Ý L I S T O K *

Obdobie: 21.07.2025 - 27.07.2025

Datum tľ.: 21.07.2025

Str.: 1

DIA - DIABETICKA STRAVA

*** Pondelok 21.07.2025 ***

Raňajky. Paštéta 48g (Al:3), Chlieb II 80g (Al:1), Caj ovocný nesladený 300g
Desiata. Pecivo graham 1 ks (Al:1), Caj ovocný nesladený 300g
Obed. Polievka zemiaková s paprikou 0,35L (Al:1,7,12), Bravč.bočik zapečený s kelom 350g (Al:1,3,7),
Chlieb I 50g (Al:1), Caj ovocný nesladený 300g
Olovrant. Smotanový krem (Al:7), Caj ovocný nesladený 300g
Večera. Rezanec s tvarohom 280g (Al:1,3,7), Čaj bylinný nesladený 300g

*** Utorok 22.07.2025 ***

Raňajky. Nátierka vlašská 80g (Al:1,3,7,10,12), Chlieb II 80g (Al:1), Cierna káva nesladená 300g
Desiata. Jogurt biely, Caj ovocný nesladený 300g
Obed. Polievka babičkina 0,33L (Al:1,7,12), Chlieb k polievke 25g (Al:1),
Kuracie mäso na šampiňónoch 220g(m.60g) (Al:1,7), Slovenská ryža 220g (Al:1,3,7),
Cvikla sterilizovaná 100g (Al:12), Voda so sirupom (Al:12)
Olovrant. Oškvarkový pagáč, Caj ovocný nesladený 300g
Večera. Šalát.prívarok s varen.vajcom 250g (Al:1,3,7,12), Chlieb I 50g (Al:1), Čaj bylinný nesladený 300g

*** Streda 23.07.2025 ***

Raňajky. Maslo nátierkové 25g, Pletenka, Biela káva nesladená 250g (Al:7)
Desiata. Perník DIA, Caj ovocný 300g
Obed. Polievka ragu s lievankou 0,35L(m.15g,p.25g) (Al:1,3,7,12), Chlieb k polievke 25g (Al:1),
Dukat.buchtíčky s van.krém.DIA 500g(s.220g,p.280g) (Al:1,3,7), Voda so sirupom (Al:12)
Olovrant. Ovocie, Caj ovocný nesladený 300g
Večera. Masovo-zelenin.nakyp so zemiak 300g (Al:1,3,7), Chlieb I 50g (Al:1), Čaj bylinný nesladený 300g

*** Stvrtok 24.07.2025 ***

Raňajky. Nátierka tvarohová s cesnakom 60g (Al:7), Chlieb II 80g (Al:1), Caj ovocný nesladený 300g
Desiata. Dzus mini dia, Caj ovocný nesladený 300g
Obed. Polievka zeleninová domáca 0,35l (Al:1,3,7), Mäs.gulky v rajčiakovej omáčke 240g(m.80g) (Al:1,3,7,12),
Zemiaky varene 230g (Al:7), Caj ovocný nesladený 300g
Olovrant. Tvaroh rozmixovaný s ovocím 80g (Al:7), Caj ovocný nesladený 300g
Večera. Croisant DIA 2ks, Čaj bylinný nesladený 300g

*** Piatok 25.07.2025 ***

Raňajky. Syr tavený ks 1ks, Syr tvrdý 50g (Al:7), Chlieb II 80g (Al:1), Caj ovocný nesladený 300g
Desiata. Ovocie, Caj ovocný nesladený 300g
Obed. Polievka z tekvice hokkaidó 0,35L (Al:7), Chlieb k polievke 25g (Al:1),
Zeleninové rizoto 300g (Al:7,9,12), Uhorky ster. (Al:12), Voda so sirupom (Al:12)
Olovrant. Jogurt biely, Caj ovocný nesladený 300g
Večera. Zemiaky na paprike 320g (Al:7), Acidofilné mlieko, Čaj bylinný nesladený 300g

*** Sobota 26.07.2025 ***

Raňajky. Maslo 20g (Al:7), Dzem dia 25g, Chlieb II 80g (Al:1), Mlieko 250g (Al:7)
Desiata. Pecivo graham 1 ks (Al:1), Caj ovocný nesladený 300g
Obed. Droždová polievka 33dcl (Al:1,7,9), Chlieb k polievke 25g (Al:1),
Azu po tatarsky 213g(m.63g) (Al:1,7,12), Cestovina 200g (Al:1,3,7), Voda so sirupom (Al:12)
Olovrant. Nátierka /olovr./ 50g (Al:7), Chlieb I 50g (Al:1), Caj ovocný nesladený 300g
Večera. Plnka so slaninkou 350g (Al:1,3,7), Uhorky ster. (Al:12), Čaj bylinný nesladený 300g

*** Nedela 27.07.2025 ***

Raňajky. Nátierka šunková pena 60g (Al:1,7), Chlieb II 80g (Al:1), Caj ovocný nesladený 300g
Desiata. Ovocné pyré 1ks, Caj ovocný nesladený 300g
Obed. Hovadzia polievka s nitovkami 0,35L(p.48g) (Al:1,3,9), Bravcovy švedsky rezeň 150g (Al:1,7),
Zemiaky varene 230g (Al:7), Zeleninový šalát miešaný 120g (Al:7,12), Caj ovocný nesladený 300g, Keks dia
Olovrant. Ovocie, Čaj bylinný nesladený 300g
Večera. Syr tavený ks 1ks, Tvarohový krém ks 1ks, Chlieb II 80g (Al:1), Čaj bylinný nesladený 300g

Jedálnicek vyhotovil:

* 320 J E D A L N Ý L I S T O K *

Obdobie: 21.07.2025 - 27.07.2025

Datum tl.: 21.07.2025

Str.: 2

RAC - RACIONALNA STRAVA

*** Pondelok 21.07.2025 ***

Raňajky. Paštéta 48g (Al:3), Chlieb II 80g (Al:1), Caj ovocný 300g
Desiata. Pecivo 1 ks (Al:1), Caj ovocný 300g
Obed. Polievka zemiaková s paprikou 0,35L (Al:1,7,12), Bravč.bočik zapečený s kelom 350g (Al:1,3,7),
Chlieb I 50g (Al:1), Caj ovocný 300g
Olovrant. Smotanový krem (Al:7), Caj ovocný 300g
Večera. Rezance s tvarohom 280g (Al:1,3,7), Čaj bylinný 300g

*** Utorok 22.07.2025 ***

Raňajky. Nátierka vlašská 80g (Al:1,3,7,10,12), Chlieb II 80g (Al:1), Cierna kava 300g
Desiata. Jogurt (Al:7), Caj ovocný so sirupom 300g (Al:12)
Obed. Polievka babičkina 0,33L (Al:1,7,12), Chlieb k polievke 25g (Al:1),
Kuracie mäso na šampiňónoch 220g(m.60g) (Al:1,7), Slovenská ryža 220g (Al:1,3,7),
Cvikla sterilizovaná 100g (Al:12), Voda so sirupom (Al:12)
Olovrant. Oškvarkový pagáč, Caj ovocný so sirupom 300g (Al:12)
Večera. Šalát.prívarok s varen.vajcom 250g (Al:1,3,7,12), Chlieb I 50g (Al:1), Čaj bylinný 300g

*** Streda 23.07.2025 ***

Raňajky. Maslo nátierkové 25g, Pletenka, Biela káva 250g (Al:7)
Desiata. Perník, Caj ovocný so sirupom 300g (Al:12)
Obed. Polievka ragu s lievankou 0,35L(m.15g,p.25g) (Al:1,3,7,12), Chlieb k polievke 25g (Al:1),
Dukat.buchtíčky s vanil.krémom 500g(s.220g,p.280g) (Al:1,3,7), Voda so sirupom (Al:12)
Olovrant. Ovocie, Caj ovocný 300g
Večera. Masovo-zelenin.nakyp so zemiak 300g (Al:1,3,7), Chlieb I 50g (Al:1), Čaj bylinný 300g

*** Stvrtok 24.07.2025 ***

Raňajky. Nátierka tvarohová s cesnakom 60g (Al:7), Chlieb II 80g (Al:1), Caj ovocný 300g
Desiata. Dzus mini (Al:12), Caj ovocný so sirupom 300g (Al:12)
Obed. Polievka zeleninová domáca 0,35l (Al:1,3,7), Mäs.gulky v rajčiakovej omáčke 240g(m.80g) (Al:1,3,7,12),
Zemiaky varene 230g (Al:7), Caj ovocný 300g
Olovrant. Tvaroh rozmixovaný s ovocím 80g (Al:7), Caj ovocný 300g
Večera. Croisant 2ks, Čaj bylinný 300g

*** Piatok 25.07.2025 ***

Raňajky. Maslo rastlinne 20g (Al:7), Syr tvrdý 50g (Al:7), Chlieb II 80g (Al:1), Caj ovocný 300g
Desiata. Ovocie, Caj ovocný 300g
Obed. Polievka z tekvice hokkaidó 0,35L (Al:7), Chlieb k polievke 25g (Al:1),
Zeleninové rizoto 300g (Al:7,9,12), Uhorky ster. (Al:12), Voda so sirupom (Al:12)
Olovrant. Jogurt (Al:7), Caj ovocný so sirupom 300g (Al:12)
Večera. Zemiaky na paprike 320g (Al:7), Acidofilné mlieko, Čaj bylinný 300g

*** Sobota 26.07.2025 ***

Raňajky. Maslo 20g (Al:7), Dzem mini (Al:12), Vianočka 100g (Al:1,3,7), Mlieko 250g (Al:7)
Desiata. Sladké pečivo, Caj ovocný 300g
Obed. Droždová polievka 33dcl (Al:1,7,9), Chlieb k polievke 25g (Al:1),
Azu po tatarsky 213g(m.63g) (Al:1,7,12), Cestovina 200g (Al:1,3,7), Voda so sirupom (Al:12)
Olovrant. Nátierka /olovr./ 50g (Al:7), Chlieb I 50g (Al:1), Caj ovocný so sirupom 300g (Al:12)
Večera. Plnka so slaninkou 350g (Al:1,3,7), Uhorky ster. (Al:12), Čaj bylinný 300g

*** Nedela 27.07.2025 ***

Raňajky. Nátierka šunková pena 60g (Al:1,7), Chlieb II 80g (Al:1), Caj ovocný 300g
Desiata. Ovocné pyré 1ks, Caj ovocný so sirupom 300g (Al:12)
Obed. Hovadzia polievka s niťovkami 0,35L(p.48g) (Al:1,3,9), Bravcovy švedsky rezeň 150g (Al:1,7),
Zemiaky varene 230g (Al:7), Zeleninový šalát miešaný 120g (Al:7,12), Caj ovocný so sirupom 300g (Al:12),
Keks (Al:1,3,5,7,8,12)
Olovrant. Ovocie, Čaj bylinný 300g
Večera. Syr tavený ks 1ks, Tvarohový krém ks 1ks, Chlieb II 80g (Al:1), Čaj bylinný 300g

Jedálnicek vyhotovil: