

* 320 J E D A L N Ý L I S T O K *

Obdobie: 28.09.2026 - 04.10.2026

Datum tl.: 25.09.2026

Str.: 1

DIA - DIABETICKA STRAVA

*** Pondelok 28.09.2026 ***

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 kalerábová so zemiak. 0,33l (Al:3,7), Chlieb k polievke 25g (Al:1),
Strapačky s kyslou kapustou 300g (Al:1,3,7,12), Caj ovocný nesladený 300g
Olovrant. Puding ks 1ks, Caj ovocný nesladený 300g
Večera. Goralský guláš - večera 240g(m.35g) (Al:1,7,12), Chlieb I 50g (Al:1), Čaj bylinný nesladený 300g

*** Utorok 29.09.2026 ***

Raňajky. Nátierka z kuracieho mäsa 60g (Al:7,10,12), Chlieb II 80g (Al:1), Cierna kava nesladená 300g
Desiata. Croisant DIA, Caj ovocný nesladený 300g
Obed. Polievka cesnaková so zemiakmi 0,35L(p.70g) (Al:1,7), Chlieb k polievke 25g (Al:1),
Bravčová roláda pražská 135g(m.75g) (Al:1,3,7,12), Zemiaky varené s maslom 230g (Al:7),
Kapustový salat s chrenom 150g (Al:7,12), Caj ovocný nesladený 300g
Olovrant. Ovocie, Caj ovocný nesladený 300g
Večera. Cestoviny s tvarohom 280g (Al:1,3,7), Čaj bylinný nesladený 300g

*** Streda 30.09.2026 ***

Raňajky. Maslo nátierkové 25g, Pletenka, Biela káva nesladená 250g (Al:7)
Desiata. Ovocie, Caj ovocný nesladený 300g
Obed. Polievka z tekvice hokkaidó 0,35L (Al:7), Chlieb k polievke 25g (Al:1),
Par.buchty s DIA lekv.a tvaroh 300g (Al:1,3,7), Caj ovocný nesladený 300g
Olovrant. Termix 1ks, Caj ovocný nesladený 300g
Večera. Bitky po kozacky 125g(m.95g) (Al:1,3,7,10,12), Chlieb II 80g (Al:1), Čaj bylinný nesladený 300g

*** Stvrtok 01.10.2026 ***

Raňajky. Nátierka zo TOFU syra so šunko 60g (Al:1,7), Chlieb II 80g (Al:1), Caj ovocný nesladený 300g
Desiata. Smotanový krem (Al:7), Caj ovocný nesladený 300g
Obed. Polievka zelen.s liatym cestom 0,35l (Al:1,3,7), Mexické mäso s ryžou 343g(m.63g,s.100g) (Al:1,7,12),
Kompot dia 150g, Caj ovocný nesladený 300g
Olovrant. Perník DIA, Caj ovocný nesladený 300g
Večera. Tlačenka 150g (Al:12), Chlieb II 80g (Al:1), Čaj bylinný nesladený 300g

*** Piatok 02.10.2026 ***

Raňajky. Syr tavený ks 1ks, Vajce varené (Al:3), Chlieb II 80g (Al:1), Cierna kava nesladená 300g
Desiata. Ovocie, Caj ovocný nesladený 300g
Obed. Polievka hrachová 0,33l (Al:1,7), Chlieb k polievke 25g (Al:1),
Karbon.z rybieho file pečený 180g (Al:1,3,4,7), Zemiaková kaša 300g (Al:7), Caj ovocný nesladený 300g
Olovrant. Detska vyziva dia, Caj ovocný nesladený 300g
Večera. Chlieb opekaný vo vajci 250g (Al:1,3,7), Kecup 20g (Al:12), Čaj bylinný nesladený 300g

*** Sobota 03.10.2026 ***

Raňajky. Nátierka oškvarková 65g (Al:7), Chlieb II 80g (Al:1), Caj ovocný nesladený 300g
Desiata. Grahamový uzol, Caj ovocný nesladený 300g
Obed. Polievka cibuľová so zemiakmi 0,33L (Al:1,7), Chlieb k polievke 25g (Al:1),
Kurca na paprike 250g(m.60g) (Al:1,7), Cestovina 200g (Al:1,3,7), Keks dia, Caj ovocný nesladený 300g
Olovrant. Jogurtový nápoj 1ks, Caj ovocný nesladený 300g
Večera. Polievka hubova s mrvancami 0,35L (Al:1,3,7,12), Chlieb II 80g (Al:1), Čaj bylinný nesladený 300g

*** Nedela 04.10.2026 ***

Raňajky. Maslo 20g (Al:7), Med mini, Chlieb II 80g (Al:1), Kakaove mlieko dia 300g (Al:7)
Desiata. Ovocné pyré 1ks, Caj ovocný nesladený 300g
Obed. Polievka slepačia s niťovkami 0,33l (Al:1,3,9), Bravčové rebierko peč.na pive 182g(m.62g) (Al:7),
Zemiaky varene 230g (Al:7), Uhorkový šalát 150g (Al:12), Caj ovocný nesladený 300g,
Zakusok (Al:1,3,5,7,8,12)
Olovrant. Ovocie, Čaj bylinný nesladený 300g
Večera. Obložený tanier 125g (Al:1,3,7,10,12), Chlieb II 80g (Al:1), Čaj bylinný nesladený 300g

Jedalnicek vyhotovil:

* 320 J E D A L N Ý L I S T O K *

Obdobie: 28.09.2026 - 04.10.2026

Datum tl.: 25.09.2026

Str.: 2

RAC - RACIONALNA STRAVA

*** Pondelok 28.09.2026 ***

Raňajky.	Paštéta 48g (Al:3), Chlieb II 80g (Al:1), Caj ovocný 300g
Desiata.	Pecivo 1 ks (Al:1), Caj ovocný so sirupom 300g (Al:12)
Obed.	Polievka kalerábová so zemiak. 0,33l (Al:3,7), Chlieb k polievke 25g (Al:1), Strapačky s kyslou kapustou 300g (Al:1,3,7,12), Caj ovocný 300g
Olovrant.	Puding ks 1ks, Caj ovocný so sirupom 300g (Al:12)
Večera.	Goralský guláš - večera 240g(m.35g) (Al:1,7,12), Chlieb I 50g (Al:1), Čaj bylinný 300g

*** Utorok 29.09.2026 ***

Raňajky.	Nátierka z kuracieho mäsa 60g (Al:7,10,12), Chlieb II 80g (Al:1), Cierna kava 300g
Desiata.	Croisant ks, Caj ovocný so sirupom 300g (Al:12)
Obed.	Polievka cesnaková so zemiakmi 0,35L (p.70g) (Al:1,7), Chlieb k polievke 25g (Al:1), Bravčová roláda pražská 135g(m.75g) (Al:1,3,7,12), Zemiaky varené s maslom 230g (Al:7), Kapustový salat s chrenom 150g (Al:7,12), Caj ovocný 300g
Olovrant.	Ovocie, Caj ovocný so sirupom 300g (Al:12)
Večera.	Cestoviny s tvarohom 280g (Al:1,3,7), Čaj bylinný 300g

*** Streda 30.09.2026 ***

Raňajky.	Maslo nátierkové 25g, Pletenka, Biela káva 250g (Al:7)
Desiata.	Ovocie, Caj ovocný so sirupom 300g (Al:12)
Obed.	Polievka z tekvice hokkaidó 0,35L (Al:7), Chlieb k polievke 25g (Al:1), Par.buchty s lekvar.a kakaom 300g (Al:1,3,7,12), Caj ovocný 300g, Čaj bylinný 300g
Olovrant.	Termix 1ks, Caj ovocný so sirupom 300g (Al:12)
Večera.	Bitky po kozacky 125g(m.95g) (Al:1,3,7,10,12), Chlieb II 80g (Al:1), Čaj bylinný 300g

*** Štvrtok 01.10.2026 ***

Raňajky.	Nátierka zo TOFU syra so šunko 60g (Al:1,7), Chlieb II 80g (Al:1), Caj ovocný 300g
Desiata.	Smotanový krem (Al:7), Caj ovocný so sirupom 300g (Al:12)
Obed.	Polievka zelen.s liatym cestom 0,35l (Al:1,3,7), Mexické mäso s ryžou 343g(m.63g,s.100g) (Al:1,7,12), Kompot 150g (Al:12), Caj ovocný 300g
Olovrant.	Perník, Caj ovocný so sirupom 300g (Al:12)
Večera.	Tlačenka 150g (Al:12), Chlieb II 80g (Al:1), Čaj bylinný 300g

*** Piatok 02.10.2026 ***

Raňajky.	Syr tavený ks 1ks, Vajce varené (Al:3), Chlieb II 80g (Al:1), Cierna kava 300g
Desiata.	Ovocie, Caj ovocný so sirupom 300g (Al:12)
Obed.	Polievka hrachová 0,33l (Al:1,7), Chlieb k polievke 25g (Al:1), Karbon.z rybieho file pečený 180g (Al:1,3,4,7), Zemiaková kaša 300g (Al:7), Caj ovocný 300g
Olovrant.	Detska vyziva, Caj ovocný 300g
Večera.	Chlieb opekaný vo vajci 250g (Al:1,3,7), Kecup 20g (Al:12), Čaj bylinný 300g

*** Sobota 03.10.2026 ***

Raňajky.	Nátierka oškvarková 65g (Al:7), Chlieb II 80g (Al:1), Caj ovocný 300g
Desiata.	Sladké pečivo, Caj ovocný 300g
Obed.	Polievka cibuľová so zemiakmi 0,33l (Al:1,7), Chlieb k polievke 25g (Al:1), Kurca na paprike 250g(m.60g) (Al:1,7), Cestovina 200g (Al:1,3,7), Keks (Al:1,3,5,7,8,12), Caj ovocný 300g
Olovrant.	Jogurtový nápoj 1ks, Caj ovocný so sirupom 300g (Al:12)
Večera.	Polievka hubova s mrvancami 0,35L (Al:1,3,7,12), Chlieb II 80g (Al:1), Čaj bylinný 300g

*** Nedela 04.10.2026 ***

Raňajky.	Maslo 20g (Al:7), Vianočka 100g (Al:1,3,7), Kakao 300g (Al:7)
Desiata.	Ovocné pyré 1ks, Caj ovocný so sirupom 300g (Al:12)
Obed.	Polievka slepačia s niťovkami 0,33l (Al:1,3,9), Bravčové rebierko peč.na pive 182g(m.62g) (Al:7), Zemiaky varene 230g (Al:7), Uhorkový šalát 150g (Al:12), Caj ovocný so sirupom 300g (Al:12), Zakusok (Al:1,3,5,7,8,12)
Olovrant.	Ovocie, Čaj bylinný 300g
Večera.	Obložený tanier 125g (Al:1,3,7,10,12), Chlieb II 80g (Al:1), Čaj bylinný 300g

*** 320 J E D A L N Y L I S T O K ***

Obdobie: 28.09.2026 - 04.10.2026

Datum tl.: 25.09.2026 Str.: 3

Jedalnicek vyhotovil: