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

Obdobie: 02.11.2026 - 08.11.2026 Datum tl.: 30.10.2026 Str.: 1

DIA - DIABETICKA STRAVA

***** Pondelok 02.11.2026 *****

Raňajky. . . . . Syr tavený ks 1ks, Vajce varené (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. . . . . Keks (Al:1,3,5,7,8,12), Caj ovocný nesladený 300g
Večera. . . . . Zelenina mexická 180g (Al:1,3,7,12), Chlieb I 50g (Al:1), Čaj bylinný nesladený 300g

***** Utorok 03.11.2026 *****

Raňajky. . . . . Nátierka vlašská 80g (Al:1,3,7,10,12), Chlieb I 50g (Al:1), Pecivo graham 1 ks (Al:1),
Cierna kava nesladena 300g
Desiata. . . . . Jogurt biely, Caj ovocný nesladený 300g
Obed. . . . . Polievka rajčiakova s ryžou 0,35L (Al:1,7,12), Chlieb k polievke 25g (Al:1),
Maslový rezeň 280g(m.130g) (Al:1,3,7), Zemiaková kaša 300g (Al:7), Hlavkovy salat (Al:12),
Caj ovocný nesladený 300g
Olovrant. . . . . Ovocie, Caj ovocný nesladený 300g
Večera. . . . . Hubovník 350g (Al:1,3,7), Uhorky ster. (Al:12), Čaj bylinný nesladený 300g

***** Streda 04.11.2026 *****

Raňajky. . . . . Paštéta 48g (Al:3), Chlieb II 80g (Al:1), Caj ovocný nesladený 300g
Desiata. . . . . Ovocie, 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.buchtičky s van.krém.DIA 500g(,s.220g,p.280g) (Al:1,3,7), Caj ovocný nesladený 300g
Olovrant. . . . . Croisant DIA, Caj ovocný nesladený 300g
Večera. . . . . Pečená jaternica 250g, Chlieb II 80g (Al:1), Šalát sterilizovaný 100g (Al:12),
Čaj bylinný nesladený 300g

***** Stvrtok 05.11.2026 *****

Raňajky. . . . . Nátierka syrčeková jemná 60g (Al:7), Chlieb II 80g (Al:1), Cierna kava nesladena 300g
Desiata. . . . . Sojové pečivo, Caj ovocný nesladený 300g
Obed. . . . . Polievka zeleninová domáca 0,35l (Al:1,3,7), Hov. maso dusene na karotke 242g(m.62g) (Al:1,7),
Ryza dusena 120g (Al:7), Kompot dia 150g, Caj ovocný nesladený 300g
Olovrant. . . . . Tvaroh rozmixovaný s ovocím 80g (Al:7), Caj ovocný nesladený 300g
Večera. . . . . Tlačenka 150g (Al:12), Chlieb II 80g (Al:1), Čaj bylinný nesladený 300g

***** Piatok 06.11.2026 *****

Raňajky. . . . . Raňaj.kaša z ovs.vločiek s med 200g (Al:1,7), Caj ovocný nesladený 300g
Desiata. . . . . Ovocie, Caj ovocný nesladený 300g
Obed. . . . . Polievka hrachová 0,33l (Al:1,7), Chlieb k polievke 25g (Al:1),
Rybie filé vyprážané 170g(m.150g) (Al:1,3,4,7), Zemiakovy salat s cibulou-več. 280g (Al:7,12),
Caj ovocný nesladený 300g
Olovrant. . . . . Smotanovy krem (Al:7), Caj ovocný nesladený 300g
Večera. . . . . Zemiak.šúlance so strúh.neslad 200g (Al:1,3,7), Čaj bylinný nesladený 300g

***** Sobota 07.11.2026 *****

Raňajky. . . . . Maslo 20g (Al:7), Dzem mini (Al:12), Chlieb II 80g (Al:1), Biela káva nesladená 250g (Al:7)
Desiata. . . . . Oškvarkový pagáč, Caj ovocný nesladený 300g
Obed. . . . . Polievka melencová 0,35l (Al:1,3,7), Chlieb k polievke 25g (Al:1),
Kuracie sote 150g(m.60g) (Al:1,7,10,12), Slovenská ryža 220g (Al:1,3,7), Kolac (Al:1,3,7),
Caj ovocný nesladený 300g
Olovrant. . . . . Puding ks 1ks, Caj ovocný nesladený 300g
Večera. . . . . Zemiaky na paprike 320g (Al:7), Acidofilné mlieko, Čaj bylinný nesladený 300g

***** Nedela 08.11.2026 *****

Raňajky. . . . . Maslo 20g (Al:7), Šunka 50 g 50g, Chlieb II 80g (Al:1), Caj ovocný nesladený 300g
Desiata. . . . . Ovocné pyré 1ks, Caj ovocný nesladený 300g
Obed. . . . . Hov.polievka s pečeň.haluškami 0,35L(,p.45g) (Al:1,3,9,12), Kačacie stehná pečené 300g(m.155g),
Kapusta hlavkova dusena 200g (Al:1,7,12), Knedle kysnute 120g (Al:1,3,7), Caj ovocný nesladený 300g,
Zakusok (Al:1,3,5,7,8,12)

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

Obdobie: 02.11.2026 - 08.11.2026 Datum tl.: 30.10.2026 Str.: 2

Olovrant. . . . . .Ovocie, Caj ovocný nesladený 300g

Večera. . . . . .Syr tavený ks 1ks, Smotanovy krem (Al:7), Chlieb II 80g (Al:1), Caj ovocný nesladený 300g

Jedalnicek vyhotovil:

RAC - RACIONALNA STRAVA

***** Pondelok 02.11.2026 *****

Raňajky. . . . . Syr tavený ks 1ks, Vajce varené (Al:3), Chlieb II 80g (Al:1), Caj ovocný 300g
Desiata. . . . . Pecivo 1 ks (Al:1), Caj ovocný 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 300g
Olovrant. . . . . Keks (Al:1,3,5,7,8,12), Caj ovocný so sirupom 300g (Al:12)
Večera. . . . . Zelenina mexická 180g (Al:1,3,7,12), Chlieb I 50g (Al:1), Čaj bylinný 300g

***** Utorok 03.11.2026 *****

Raňajky. . . . . Nátierka vlašská 80g (Al:1,3,7,10,12), Chlieb I 50g (Al:1), Pecivo 1 ks (Al:1), Cierna kava 300g
Desiata. . . . . Jogurt (Al:7), Caj ovocný so sirupom 300g (Al:12)
Obed. . . . . Polievka rajčiakova s ryžou 0,35L (Al:1,7,12), Chlieb k polievke 25g (Al:1),
Maslový rezeň 280g(m.130g) (Al:1,3,7), Zemiaková kaša 300g (Al:7), Hlavkovy salat (Al:12),
Caj ovocný so sirupom 300g (Al:12)
Olovrant. . . . . Ovocie, Caj ovocný 300g
Večera. . . . . Hubovník 350g (Al:1,3,7), Uhorky ster. (Al:12), Čaj bylinný 300g

***** Streda 04.11.2026 *****

Raňajky. . . . . Paštéta 48g (Al:3), Chlieb II 80g (Al:1), Caj ovocný 300g
Desiata. . . . . Ovocie, 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.buchtičky s vanil.krémom 500g(,s.220g,p.280g) (Al:1,3,7), Caj ovocný 300g
Olovrant. . . . . Croisant ks, Caj ovocný 300g
Večera. . . . . Pečená jaternica 250g, Chlieb II 80g (Al:1), Šalát sterilizovaný 100g (Al:12), Čaj bylinný 300g

***** Stvrtok 05.11.2026 *****

Raňajky. . . . . Nátierka syrčeková jemná 60g (Al:7), Chlieb II 80g (Al:1), Cierna kava 300g
Desiata. . . . . Sojové pečivo, Caj ovocný 300g
Obed. . . . . Polievka zeleninová domáca 0,35l (Al:1,3,7), Hov. maso dusene na karotke 242g(m.62g) (Al:1,7),
Ryza dusena 120g (Al:7), Kompot 150g (Al:12), Caj ovocný 300g
Olovrant. . . . . Tvaroh rozmixovaný s ovocím 80g (Al:7), Caj ovocný 300g
Večera. . . . . Tlačenka 150g (Al:12), Chlieb II 80g (Al:1), Čaj bylinný 300g

***** Piatok 06.11.2026 *****

Raňajky. . . . . Raňaj.kaša z ovs.vločiek s med 200g (Al:1,7), Caj ovocný 300g
Desiata. . . . . Ovocie, Caj ovocný so sirupom 300g (Al:12)
Obed. . . . . Polievka hrachová 0,33l (Al:1,7), Chlieb k polievke 25g (Al:1),
Rybie filé vyprážané 170g(m.150g) (Al:1,3,4,7), Zemiakovy salat s cibulou-več. 280g (Al:7,12),
Caj ovocný so sirupom 300g (Al:12)
Olovrant. . . . . Smotanovy krem (Al:7), Caj ovocný 300g
Večera. . . . . Zemiak.šúlance so strúhankou 200g (Al:1,3,7), Čaj bylinný 300g

***** Sobota 07.11.2026 *****

Raňajky. . . . . Maslo 20g (Al:7), Dzem mini (Al:12), Vianocka 100g (Al:1,3,7), Biela káva 250g (Al:7)
Desiata. . . . . Oškvarkový pagáč, Caj ovocný 300g
Obed. . . . . Polievka melencová 0,35l (Al:1,3,7), Chlieb k polievke 25g (Al:1),
Kuracie sote 150g(m.60g) (Al:1,7,10,12), Slovenská ryža 220g (Al:1,3,7), Koláč plnený 120g (Al:1,3,7),
Caj ovocný 300g
Olovrant. . . . . Puding ks 1ks, Caj ovocný 300g
Večera. . . . . Zemiaky na paprike 320g (Al:7), Acidofilné mlieko, Čaj bylinný 300g

***** Nedela 08.11.2026 *****

Raňajky. . . . . Maslo 20g (Al:7), Šunka 50 g 50g, Chlieb II 80g (Al:1), Caj ovocný 300g
Desiata. . . . . Ovocné pyré 1ks, Caj ovocný so sirupom 300g (Al:12)
Obed. . . . . Hov.polievka s pečeň.haluškami 0,35L(,p.45g) (Al:1,3,9,12), Kačacie stehná pečené 300g(m.155g),
Kapusta hlavkova dusena 200g (Al:1,7,12), Knedle kysnute 120g (Al:1,3,7), Caj ovocný 300g,
Zakusok (Al:1,3,5,7,8,12)
Olovrant. . . . . Ovocie, Caj ovocný 300g
Večera. . . . . Syr tavený ks 1ks, Smotanovy krem (Al:7), Chlieb II 80g (Al:1), Caj ovocný 300g

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

Jedalnicek vyhotovil: