



Stredisko sociálnej pomoci
mesta Košice

Jedálny lístok na obdobie od 25.05.2020 do 31.05.2020 DIABETICKÁ DIÉTA

	Raňajky	Desiata	Obed	Hmot.	Alerg*	Olovrant	Večera	Hmot.
PONDELOK 25.05.2020	Čaj, B.káva Chlieb 50g, gr.rož.1 Maslo 10g Šunka 50g Zelenina	ovocie	Pol. kalerábová s cest. Važecká pochúťka Paradajkový šalát	330 250 130	1,3,10	Pečené Jablko	Rezance s tvarohom mlieko II.več.chlieb 50g, tav.syr50	280
UTOROK 26.05.2020	Čaj, č.káva Viacz.rožok 1ks Chlieb 50g, Maslo 10g Biely jogurt	Pizza bagetka	Pol. vložková s mrkvou Pečená sekaná Zemiakový prívarok Chlieb	330 100 150 50	1,3,7	ovocie	Inovecké rebierko Ryža II.več.chlieb 50g, maslo10g	100 120
STREDA 27.05.2020	Čaj, mlieko Chl. 50g, gr.rožok 1 Maslo 10g Syr kg 50g	ovocie	Pol. paradajková s l.c Vyprážený karfiol Nové zemiaky Uhorkový šalát	330 150 220 130	1,3	Detská Výživa Dia	Džuvec Ster. Uhorka II.več.chlieb 50g, vajce	280 130
ŠTVRTOK 28.05.2020	Čaj, č.káva Chl. 50g, B.rožok 1 Nátierka z tofu syra Zelenina, maslo 10g	Pagáč	Pol. miliónová Kuracie stehno na smotane Vretená	330 100 120	1,3,7,9	Ovocie	Rybie filé po pytliačky Zemiaková kaša II.več.chlieb 50g, B.jogurt	100 220
PIATOK 29.05.2020	Čaj, č.káva Žemľa 1ks, chlieb50 Maslo 10g, zelenina Pražienica	ovocie	Pol. ragú Lečo s klobásou Varené zemiaky	330 150 220	1,9	ovocie	Chlieb 50g Treska Paradajka II.več.chlieb 50g, šunka 50	
SOBOTA 30.05.2020	Čaj, mlieko Viaczrn.rož.1ks Chl.50g Maslo 10g Suchá sal.50g Zelenina	ovocie	Pol. fazuľková kyslá Hovädzi stroganov Ryža Tatárska omáčka	330 100 120 50	1,3,7	Pagáč	Zemiaky s cibuľkou Acidofilné mlieko II.več.chlieb 50, maslo 10g	280
NEDEĽA 31.05.2020	Čaj, dia kakao Chl. 50g, gr.rožok 1 Maslo 10g Dia džem 20g	Ovocie	Pol. slepačia s cest. Parížsky rezeň Zemiaková kaša Obloha zeleninová	330 100 220 50	1,3,7,9	ovocie	Chlieb 50g Maslo 10g, horčica 1ks Údené mäso 100g Cibuľka zv.1/2 II.več.chlieb 50, tav.syr	

Hmotnosť mäsa v surovom stave Vyhotožil: Bc. Gabriela Koščová - nutričný terapeut

Schválil: Mgr. Sloviková, riaditeľka



Stredisko sociálnej pomoci
mesta Košice

Jedálny lístok na obdobie od 25.05.2020 do 31.05.2020 ŠETRIACA DIÉTA

	Raňajky	Desiata	Obed	Hmot.	Alerg*	Olovrant	Večera	Hmot.
PONDELOK 25.05.2020	Čaj, B.káva Chl. 80g, B.rožok 1 Maslo 20g Šunka 50g Zelenina	ovocie	Pol. kalerábová s cest. Cuketové placky plnené mäsom(debrec.) jogurtový dresing	330 150 100 50	1,3,7	Pečené Jablko	Rezance s tvarohom Mlieko	300
UTOROK 26.05.2020	Čaj, č.káva B.rožok 1ks Chlieb 80g, Maslo 20g Ovocný jogurt	Piškóty Detská výživa	Pol. vložková s mrkvou Pečená sekaná Zemiakový prívarok Chlieb	330 100 150 100	1,3,7	ovocie	Bravčové dusené Dusená fazuľka Ryža	100 150 160
STREDA 27.05.2020	Čaj, Karamel.ml. Chl. 80g, pľundra 1 Maslo 20g Med 20g	ovocie	Pol. paradajková s l.c Zapekaný karfiol Nové zemiaky Hlávkový šalát	330 150 250 120	1,3,7	Detská Výživa	Bratislavské rizoto Cviklový šalát	300 120
ŠTVRTOK 28.05.2020	Čaj, č.káva Chl. 80g, B.rožok 1 Nátierka syrová 50 Zelenina, maslo 20	Keks	Pol. miliónová Kuracie stehno na smotane Vretená	330 100 160	1,3,7,9	Ovocie	Rybie filé gratinované Zemiaková kaša Kompót	100 250 120
PIATOK 29.05.2020	Čaj, č.káva Žemľa 1ks, chl.80 Maslo 20g zelenina Praženica	ovocie	Pol. ragú Piškótová ovocná bublanina	330 300	1,3,9	ovocie	Chlieb 100g Maslo 20g Hydinová salám 80g Paradajka	
SOBOTA 30.05.2020	Čaj, mlieko Viaczrn.rož.1ks Chl.80g, zelenina Maslo 20g Liptov. Sal.50g	ovocie	Pol. fazuľková kyslá Hovädzie štefanské Ryža Zeler.- jablk. šalát	330 100 160 120	1,3,7,9	Pľundra	Zemiaky s maslom Acidofilné mlieko	300
NEDEĽA 31.05.2020	Čaj, granko Chl. 80g, sl.koláčik Maslo 20g Džemové masl 50g	Ovocie	Pol. slepačia s cest. Prírodný rezeň Zemiaková kaša Obloha zeleninová	330 100 250 50	1,7,9	ovocie	Chlieb 100g Maslo 20g Pečené mäso 100g Ľadový šalát	

Hmotnosť mäsa v surovom stave Vyhotožil: Bc. Gabriela Koščová - nutričný terapeut

Schválil: Mgr. Sloviková, riaditeľka



Stredisko sociálnej pomoci
mesta Košice

Jedálny lístok na obdobie od 25.05.2020 do 31.05.2020

RACIONÁLNA DIÉTA

	Raňajky	Desiata	Obed	Hmot.	Alerg*	Olovrant	Večera	Hmot.
PONDELOK 25.05.2020	Čaj, B.káva Chlieb 80g, Gr. rožok Maslo 20g Šunka 50g Zelenina	ovocie	Pol. kalerábová s cest. Važecká pochúťka Paradajkový šalát	330 250 120	1,3,10	Pečené Jablko	Rezance s tvarohom Mlieko	300
UTOROK 26.05.2020	Čaj, č.káva Viacz.rožok 1ks Chlieb 80g, maslo 20 Ovocný jogurt	Croassant	Pol. vložková s mrkvou Pečená sekaná Zemiakový prívarok Chlieb	330 100 150 100	1,3,7	ovocie	Inovecké rebierko Ryža	100 160
STREDA 27.05.2020	Čaj, Karamel.ml. Chl. 80g Maslo 20g, med 20g Pľundra 1ks	ovocie	Pol. paradajková s l.c Vyprázaný karfiol Nové zemiaky Uhorkový šalát	330 150 250 120	1,3	Detská Výživa	Džuveč Ster. Uhorka	300 120
ŠTVRTOK 28.05.2020	Čaj, č.káva Chl. 80g, B.rožok 1ks Nátierka z tofu syra Zelenina, maslo 20g	Pagáč	Pol. miliónová Kuracie stehno na smotane Vretená	330 100 160	1,3,7,9	Ovocie	Rybie filé po pytliacky Zemiaková kaša	100 250
PIATOK 29.05.2020	Čaj, č.káva Žemľa 1ks, chlieb 80 Maslo 20g, zelenina Pražienica	ovocie	Pol. boršč Dukátové buchtičky Čokoládový krém	330 300	1,3,7,9	ovocie	Chlieb 100g Treska Paradajka Keks	
SOBOTA 30.05.2020	Čaj, mlieko Viaczrn.rož.1ks Chl.80g Maslo 20g Suchá sal.50g Zelenina	ovocie	Pol. fazuľková kyslá Hovädzí stroganov Ryža Tatárska omáčka	330 100 160 50	1,3,7	Pagáč	Zemiaky s cibuľkou Acidofilné mlieko	300
NEDEĽA 31.05.2020	Čaj, granko Chl. 80g, sl.koláčik 1 Maslo 20g Džemové maslo 50g	Ovocie	Pol. slepačia s cest. Parížsky rezeň Zemiaková kaša Obloha zeleninová	330 100 250 50	1,3,7,9	ovocie	Chlieb 100g Maslo 20g, horčica 1ks Údené mäso 100g Cibuľka zv.1/2	

Hmotnosť mäsa v surovom stave

Vyhotovil: Bc. Gabriela Koščová - nutričný terapeut

Schválil: Mgr. Sloviková, riaditeľka