



Stredisko sociálnej pomoci
mesta Košice

Jedálny lístok na obdobie od 14.09.2020 do 20.09.2020 DIABETICKÁ DIÉTA

	Raňajky	Desiata	Obed	Hmot.	Alerg*	Olovrant	Večera	Hmot.
PONDELOK 14.9.2020	Čaj, B.káva DIA Chl. 50g, Gr. rožok Maslo 10g Bryndzová nát. 50g Zelenina	Ovocie	Pol. zemiaková s major. Držky na paprike Kysnutá knedľa	330 120 120	1,3,7	ovocie	Kaša ryžová DIA Jablko II.več. chlieb 50g, maslo 10	320
UTOROK 15.9.2020	Čaj, č.káva Viacz. rožok 1ks, Chlieb 50g Maslo 10g, zelenina Šunková salám 50g	ovocie	Pol. rybacia Bravč.špikov.suš.slivkou Ryža, pečené zem. 1/2 Slivkový dip	330 120 140 50	1,4,9	Pizza Šatka	Varené vajce Fazuľkový prívarok Zemiaky varené II.več.chlieb 50g, dia džem	50 250 220
STREDA 16.9.2020	Čaj Chl. 50g, maslo 10g DIA dets.výživa Gr.pečivo 1ks	ovocie	Pol. pohronská Granatiersky pochod Cviklový šalát	330 320 130	1,9	Škvarkový Pagáč	Mexický guláš Ryža II.več.chlieb 50, B.jogurt	120 140
ŠTVRTOK 17.9.2020	Čaj Chlieb 50g,Gr.rožok Párky 2ks, horčica Maslo 10g	ovocie	Pol. zeleninová s l.c. Kuracie stehno v kapuste Varené zemiaky	330 220 220	1,3	Ovocie	Hov.merano(kocky) Kolienka II.več.chlieb 50g, šunka 50	120 140
PIATOK 18.9.2020	Čaj, B.káva Žemľa 1ks, chl.50 Maslo 10g, zelenina Syr bambino	ovocie	Pol. guľášová Bravčové pečené Dusená zelenina Slovenská ryža	330 120 150 140	1,9	ovocie	Chlieb 70g Maslo 10g Paštéta, Zelenina II.več. chlieb 50, kefir	
SOBOTA 19.9.2020	Čaj, granko Gr.rožok 1ks Chl. 50g, Maslo 10g Vajce	ovocie	Pol. frankfurtská Restovaná pečeň Ryža Kapustový šalát	330 120 140 130	1,7	Dia detská výživa	Paprikové zemiaky Ster. Uhorka II.več.chlieb 50g, syr kg 50	320 130
NEDEĽA 20.9.2020	Čaj Chl. 50g, maslo 10g Viaczr.žemľa 1ks Morčacia šunka 50g Zelenina	Ovocie	Pol. kost'ová s cest. Parížsky rezeň Zemiaková kaša Uhorkový šalát	330 120 220 130	1,3,7,9	Biely jogurt	Chlieb 70g Maslo 10g Suchá salám 80g Zelenina II.več.chlieb 50g, tav.syr	

Hmot. mäsa v surovom stave, ZMENA JEDÁL. LÍSTKA VYHRADENÁ, Vyhotoval: Bc. Gabriela Koščová-nutričný terapeut Schválil: Mgr. Zdena Slovíková, riaditeľka
V prípade pripomienok, návrhov a podnetov kontaktujte priamo vedúcu stravovacej prevádzky p. Zuzanu Dankovú, mobil: 0907 719 458, tel. 7966511



Stredisko sociálnej pomoci
mesta Košice

Jedálny lístok na obdobie od 14.09.2020 do 20.09.2020 ŠETRIACA DIÉTA

	Raňajky	Desiata	Obed	Hmot.	Alerg*	Olovrant	Večera	Hmot.
PONDELOK 14.9.2020	Čaj, B.káva Chl. 80g, B.rožok 1 Maslo 20g Tvaroh. nát. 50g Zelenina	Ovocie	Pol. zemiaková s major Bravčový paprikáš Noky	330 120 190	1,3,7	ovocie	Kaša ryžová Banán	350
UTOROK 15.9.2020	Čaj, č.káva B. rožok 1ks, Chl.80g, maslo 20g Zelenina Šunková salám 50g	ovocie	Pol. rybacia diétna Bravčové debrecínske Ryža Ľadový šalát	330 120 190 120	1,4,9	Mini bábovka	Varené vajce Fazuľkový prívarok Zemiaky varené	50 250 250
STREDA 16.9.2020	Čaj Chlieb 80g, Termix, maslo 20 Piškóty 30g	ovocie	Pol. pohronská Granatiersky pochod Cviklový šalát	330 350 120	1,9	Detská výživa	Mexický guláš Ryža	120 190
ŠTVRTOK 17.9.2020	Čaj Chl.80g, B.rožok 1 Párky 2ks, kečup Maslo 20g	ovocie	Pol. zeleninová s l.c. Kuracie stehno dusené Varené zemiaky Kompót	330 220 250 120	1,3	Ovocie	Hov.merano(kocky) Kolienka	120 190
PIATOK 18.9.2020	Čaj, B.káva Žemľa 1ks, chlieb Maslo 20g, zelenina Syr bambino	ovocie	Pol. guľášová š. Šúlance so strúhankou Č.káva	330 350	1,3,9	ovocie	Chlieb 100g Maslo 20g Šunková pena 100g Zelenina	
SOBOTA 19.9.2020	Čaj, granko Pľundra 1ks Chl. 80g, Maslo 20, Med 20g	ovocie	Pol. frankfurtská Bravč. špik. (mrkva) Slovenská ryža Zelerovo – jablk. šalát	330 120 190 120	1,7,9	Džús	Dusený karbonátok Paradajkové zemiaky Chlieb	100 250 100
NEDEĽA 20.9.2020	Čaj Chl. 80g, maslo 20 B.žemľa 1ks Morčacia šunka 50 Zelenina	Ovocie	Pol. kosťová s cest. Prírodný br. rezeň Zemiaková kaša Kompót	330 120 250 120	1,7,9	Biely jogurt	Chlieb 100g Maslo 20g Ovocie Pľundra (2ks bal.)	

Hmot. mäsa v surovom stave, ZMENA JEDÁL. LÍSTKA VYHRADENÁ, Vyhotoval: Bc. Gabriela Koščová-nutričný terapeut Schválil: Mgr. Zdena Sloviková, riaditeľka
V prípade pripomienok, návrhov a podnetov kontaktujte priamo vedúcu stravovacej prevádzky p. Zuzanu Dankovú, mobil: 0907 719 458, tel. 7966511



Stredisko sociálnej pomoci
mesta Košice

Jedálny lístok na obdobie od 14.09.2020 do 20.09.2020

RACIONÁLNA DIÉTA

	Raňajky	Desiata	Obed	Hmot.	Alerg*	Olovrant	Večera	Hmot.
PONDELOK 14.9.2020	Čaj, B.káva Chl. 80g, Gr. rožok 1 Maslo 20g Bryndzová nát. 50g Zelenina	Ovocie	Pol. zemiaková s major. Držky na paprike Kysnutá knedľa	330 120 160	1,3,7	ovocie	Kaša ryžová Banán	350
UTOROK 15.9.2020	Čaj, č.káva Viacz. rožok 1ks, Chlieb 80g Maslo 20g, zelenina Šunková salám 50g	ovocie	Pol. rybacia Bravč.špikov.suš.slivkou Ryža, pečené zem. 1/2 Slivkový dip	330 120 190 50	1,4,9	Pizza Šatka	Varené vajce Fazuľkový prívarok Zemiaky varené	50 250 250
STREDA 16.9.2020	Čaj Chlieb 80g, maslo 20 Termix, Piškóty 30g	ovocie	Pol. pohronská Granatiersky pochod Cviklový šalát	330 350 120	1,9	Škvarkový Pagáč	Mexický guláš Ryža	120 190
ŠTVRTOK 17.9.2020	Čaj Chlieb 80g, Gr.rožok Párky 2ks, horčica Maslo 20g	ovocie	Pol. zeleninová s l.c. Kuracie stehno v kapuste Varené zemiaky	330 220 250	1,3	Štrúdl'a	Hov.merano(kocky) Kolienska	120 190
PIATOK 18.9.2020	Čaj, B.káva Žemľa 1ks, chlieb 80 Maslo 20g, zelenina Syr bambino	ovocie	Pol. guľášová Šúl'ance so strúhankou Č.káva	330 350	1,9	ovocie	Chlieb 100g Maslo 20g Paštéta Zelenina	
SOBOTA 19.9.2020	Čaj, granko Osie hniezdo 80g Chl. 80g, Maslo 20g Med 20g	ovocie	Pol. frankfurtská Restovaná pečeň Ryža Kapustový šalát	330 120 190 120	1,7	Džús	Paprikové zemiaky Ster. Uhorka	350 120
NEDEĽA 20.9.2020	Čaj Chl. 80g, maslo 20g Viaczr.žemľa 1ks Morčacia šunka 50g Zelenina	Ovocie	Pol. kost'ová s cest. Parížsky rezeň Zemiaková kaša Uhorkový šalát	330 120 250 120	1,3,7,9	Biely jogurt	Chlieb 100g Maslo 20g Ovocie Buchty (2ks bal.)	

Hmot. mäsa v surovom stave, ZMENA JEDÁL. LÍSTKA VYHRADENÁ, Vyhotoval: Bc. Gabriela Koščová-nutričný terapeut Schválil: Mgr. Zdena Sloviková, riaditeľka
V prípade pripomienok, návrhov a podnetov kontaktujte priamo vedúcu stravovacej prevádzky p. Zuzanu Dankovú, mobil: 0907 719 458, tel. 7966511