



Stredisko sociálnej pomoci
mesta Košice

Jedálny lístok na obdobie od 8.3.2021 do 14.3.2021 DIABETICKÁ DIÉTA

V prípade pripomienok, návrhov a podnetov kontaktujte priamo vedúcu stravovacej prevádzky p. Janu Hojnošovou, mobil: 0907 719 458, tel. 7966511

	Raňajky	Desiata	Obed	Hmot.	Alerg*	Olovrant	Večera	Hmot.
PONDELOK 8.3.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 50g, Rožok grah.1ks Maslo 10g Nátierka salámová 50g pór	Ovocie	Pol. rascová s vajcom Varené mäso kôprová omáčka kysnutá knedľa	330 120 200 120	1,3 1,3,7	Puding	Špagety so syrom a kečupom II.večera: rožok sójový 1 ks, maslo nát. 20g	350
UTOROK 9.3.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 50g, Kaiserka cereálna s posyp. 1ks Maslo Flóra 10g Sardinky v tomate 125g	Džús	Pol. fazuľková mliečna Čevabčiči varené zemiaky obloha (cvikla,cibuľa,horčica)	330 100 220 50	1,7 1,3,7	Slimák pizzový so šunkou a oliv.	Kukurličná kaša Mlieko II.večera: chlieb 50g, paštekové maslo 50 g	300
STREDA 10.3.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 50g, Rožok graham. 1ks Maslo 10g Šunková aspik mozaika 80g paradajka 1 ks	Ovocie	Pol. s pečeň. haluškami DIA Ryžový nákyp	330 320	1,3,9 1,3,7	Detská výživa DIA	Džuveč steril. uhorka II.večera: kaiserka cer. 1 ks, acidko 1 ks	350 120
ŠTVRTOK 11.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 50g, Rožok sój. 1ks Maslo 10g Párky bratislavské 2ks horčica	Kefir	Pol. karfiolová Restovaná pečeň ryža šalát cviklový	330 120 140 120	1,9 / 1	Ovocie	Cestoviny so syrovou omáčkou II.večera: pagáč škvarkový 1 ks	320
PIATOK 12.3.2021	Čaj, Kakao DIA Chlieb 50g Maslo 10g Dia Džem 20g	Ovocie	Pol. demikát (s bryndzou) Vyprážené rybie filé zemiaková kaša šalát miešaný	330 120 250 120	1,3,7 1,3,4,7	Jogurt biely	Chlieb 50g Maslo 10g Pečeňový syr 100g paradajka 1 ks II.večera: dia výživa	
SOBOTA 13.3.2021	Čaj, Mlieko Chlieb 50g, Kaiserka cereál. s posyp.1ks Maslo 20g, Tvrdý syr 50g uhorky	Džús	Pol. mrkvová s cest. Šošovicový prívarok pečená klobása chlieb	330 250 100 50	1 1,7	Ovocie	Karfiol na spôsob mozočka varené zemiaky šalát mrkvový II.večera: chlieb 50 g, maslo 20 g	150 250 120
NEDEĽA 14.3.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 50g, Rožok sójový 1ks Maslo 10g, Malokarpatská saláma 50g pór	Ovocie	Pol. drobková s cest. Bravčové štefánske slovenská ryža šalát uhorkový	330 120 190 120	1,9 1,3	Acidko	Chlieb 50g Maslo 10g Pagáč škvarkový (3x50g B) II.večera: chlieb 50 g, dia džem 1 ks, maslo 20 g	

Vyhotovil: Katarína Spišiaková

ZMENA JEDÁLNEHO LÍSTKA VYHRADENÁ

Schválil: Mgr. Sloviková, riaditeľka



Stredisko sociálnej pomoci
mesta Košice

Jedálny lístok na obdobie od 8.3.2021 do 14.3.2021 ŠETRIACA DIÉTA

V prípade pripomienok, návrhov a podnetov kontaktujte priamo vedúcu stravovacej prevádzky p. Janu Hojnošovou, mobil: 0907 719 458, tel. 7966511

	Raňajky	Desiata	Obed	Hmot.	Alerg*	Olovrant	Večera	Hmot.
PONDELOK 8.3.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g Nátierka salámová 50g pór	Ovocie	Pol. rascová s vajcom Varené mäso kôprová omáčka Suchárová knedľa	330 120 200 160	1,3 1,3,7	Puding	Špagety so syrom a kečupom	350
UTOROK 9.3.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Kaiserka 1ks Maslo Flóra 20g Sardinky v tomate 125g	Džús	Pol. fazuľková mliečna Čevabčiči varené zemiaky šalát mrkvový s jablk.	330 100 250 120	1,7 1,3,7	Rožok pizzový so syrom	Kukurličná kaša mlieko	300
STREDA 10.3.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g Hyd. nárez (aspik hyd) 80g paradajka 1 ks	Ovocie	Pol. s pečeň. Haluškami Ryžový nákyp	330 350	1,3,9 1,3,7	Detská výživa	Džuveč šalát paradajkový	350 120
ŠTVRTOK 11.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Žemľa 1ks Maslo 20g Párky bratisl. 2ks, kečup	Tvarohá- čik 80g	Pol. karfiolová Restovaná pečeň ryža šalát cviklový	330 120 190 120	1,9 / 1	Ovocie	Pirôžky so slivkovou náplňou čaj	320
PIATOK 12.3.2021	Čaj, Kakao Chlieb 80g, Maslo 20g Lupačka 80g, Med 20g	Ovocie	Pol. frankfurtská Rybíe filé na masle zemiaková kaša šalát ľadový	330 120 250 120	1,3,7 1,4,7	Jogurt čoko.	Chlieb 100g Maslo 20g Šunková pena 100g paradajka 1 ks	
SOBOTA 13.3.2021	Čaj, Mlieko Chlieb 80g, Kaiserka 1ks Maslo 20g, Tvrdý syr 50g paradajka	Džús	Pol. mrkvová s cest. Tekvicový prívarok perkelt chlieb	330 250 120 50	1 1,7	Ovocie	Karfiol na spôsob mozočka varené zemiaky šalát mrkvový	150 250 120
NEDEĽA 14.3.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g, Výberová šunka 50g pór	Ovocie	Pol. drobková s cest. Bravčové štefanské slovenská ryža šalát cviklový	330 120 190 120	1,9 1,3	Acidko	Chlieb 100g Maslo 20g Šatôčka s ovoc. náplňou (2x80g B)	

Katarína Spišiková

ZMENA JEDÁLNEHO LÍSTKA VYHRADENÁ

Schválil: Mgr. Sloviková, riaditeľka



Stredisko sociálnej pomoci
mesta Košice

Jedálny lístok na obdobie od 8.3.2021 do 14.3.2021

RACIONÁLNA DIÉTA

V prípade pripomienok, návrhov a podnetov kontaktujte priamo vedúcu stravovacej prevádzky p. Janu Hojnošovou, mobil: 0907 719 458, tel. 7966511

	Raňajky	Desiata	Obed	Hmot.	Alerg*	Olovrant	Večera	Hmot.
PONDELOK 8.3.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g Nátierka salámová 50g pór	Ovocie	Pol. rascová s vajcom Varené mäso kôprová omáčka kysnutá knedľa	330 120 200 160	1,3 1,3,7	Puding	Špagety so syrom a kečupom	350
UTOROK 9.3.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Kaiserka 1ks Maslo Flóra 20g Sardinky v tomate 125g	Džús	Pol. fazuľková mliečna Čevabčiči varené zemiaky obloha (cvikla,cibuľa,horčica)	330 100 250 50	1,7 1,3,7	Slimák pizzový so šunkou a oliv.	Kukurličná kaša mlieko	300
STREDA 10.3.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Rožok grah. 1ks Maslo 20g, paradajka 1 ks Šunková aspik mozaika 80g	Ovocie	Pol. s pečeň. Haluškami Dukátové buchtičky vanilkový krém	330 350	1,3,9 1,3,7	Detská výživa	Džuveč steril. uhorka	350 120
ŠTVRTOK 11.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Žemľa 1ks Maslo 20g Párky bratislavské 2 ks, horčica	Tvarohá- čik 80g	Pol. karfiolová Restovaná pečeň ryža šalát cviklový	330 120 190 120	1,9 / 1	Ovocie	Pirôžky so slivkovou náplňou čaj	320
PIATOK 12.3.2021	Čaj, Kakao Chlieb 80g, Maslo 20g Lupačka 80g Med 20g	Ovocie	Pol. demikát (s bryndzou) Vyprážené rybie filé zemiaková kaša šalát miešaný	330 120 250 120	1,3,7 1,3,4,7	Jogurt čoko.	Chlieb 100g Maslo 20g Pečeňový syr 100g paradajka 1 ks	
SOBOTA 13.3.2021	Čaj, Mlieko Chlieb 80g, Kaiserka 1ks Maslo 20g, Tvrdý syr 50g uhorky	Džús	Pol. mrkvová s cest. Šošovicový prívarok pečená klobása chlieb	330 250 100 50	1 1,7	Ovocie	Karfiol na spôsob mozočka varené zemiaky šalát mrkvový	150 250 120
NEDEĽA 14.3.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Rožok sójový 1ks Maslo 20g, pór Malokarpatská saláma 50g	Ovocie	Pol. drobková s cest. Bravčové štefanské slovenská ryža šalát uhorkový	330 120 190 120	1,9 1,3	Acidko	Chlieb 100g Maslo 20g Šatôčka s ovoc. náplňou (2x80g B)	

Hmotnosť mäsa v surovom stave

Vyhotovil: Katarína Spišáková

ZMENA JEDÁLNEHO LÍSTKA VYHRADENÁ

Schválil: Mgr. Sloviová, riaditeľka