



Stredisko sociálnej pomoci
mesta Košice

Jedálny lístok na obdobie od 19.7.2021 do 25.7.2021 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 19.7.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g Kur.desiatová saláma 50g red'kovka 1ks	Ovocie	Pol. Hrástková Maďarské fliačky (fliačky,tvaroh,smotana kyslá,slanina) Acidko 1ks	330 360	1,9 1,7	Detská výživa	Kotlíkový guláš Chlieb	350 50
UTOROK 20.7.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Kaiserka 1ks Nátierka valašská (šunka,horčica,maslo,vajcia, uhorky,cibuľa) Maslo 20g, paradajka 1ks	Džús	Pol. Hráškový krém s cit.šťavou Bravčové dusené Dusená zelenina Zemiaková kaša	330 100 200 250	1,7 1,7	Ovocie	Kaša z ovsených vločiek s posýpkou Snack so slaninou a syrom 1ks	350
STREDA 21.7.2021	Čaj, Mlieko Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g Nátierka syrová 50g	Ovocie	Pol. Zeleninová s cest. Maďarský guláš Domáca kysnutá knedľa	330 120 160	1,9 1,3,7	Croissant	Cviklové rizoto Šalát ľadový	350 120
ŠTVRTOK 22.7.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Žemľa 1ks Maslo 20g Moravské mäso 50g, 1/2 papriky	Jogurt ovocný	Pol. Zelerová krémová Hovädzia roštenka Ryža Šalát mrkvovo - jablkový	330 120 190 120	1,7,9 / 1	Ovocie	Liptovská zmes Zemiaková kaša kyslá uhorka	100 250 120
PIATOK 23.7.2021	Čaj, Biela káva Chlieb 80g, Maslo 20g Lupačka 1ks Medové maslo 50g	Ovocie	Pol. Šošovicová s párkom Hoki grilované so syrom Zemiaky varené Šalát miešaný	330 120 250 120	1 1,3,4,7	Keks	Chlieb 100g Maslo 20g Saláma Poličan 80g Paradajka 1 ks	
SOBOTA 24.7.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Maslo 20g Pagáč škvarkový 1ks Kefír 1ks	Ovocie	Pol. Brokolicová s vajcom Špagety boloňské (špagety,br.mäso,koreň.zelenina,pretlak,syr) Džús 1ks	330 350	1,3 1,7	Puding + piškóty	Fazuľkový prívarok Bravčový perkelt Zemiaky varené	250 120 250
NEDEĽA 25.7.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g Hyd. nárez 50g, cibuľka 1ks	Džús	Pol. Kuracia s mäsom a niť. Pečené kuracie stehno plnené Ryža Kompót Ovocie 2ks	330 220 190 120	1,9 1,3,7	Detská výživa	Chlieb 100g Maslo 20g Sladké pečivo Jogurt čokoládový 1ks	

Vyhotovil: Katarína Spišiaková, nutričný terapeut
ZMENA JEDÁLNEHO LÍSTKA VYHRADENÁ

Schválil: Mgr. Zdenka Sloviková, riaditeľka

Jedálny lístok na obdobie od 19.7.2021 do 25.7.2021

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 19.7.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 50g, Rožok gr.1ks Maslo 10g Kur. desiatová saláma 50g red'kovka 1ks	Ovocie	Pol. Hrástková Maďarské fľačky (fľačky,tvaroh,smotana kyslá,slanina) Acidko 1ks	330 360	1,9 1,7	DIA Detská výživa	Kotlíkový guláš Chlieb II.več:rožok sój.1ks, maslo 10g	350 50
UTOROK 20.7.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 50g, Kaiserka s pos.1ks Nátierka valašská (šunka,horčica,maslo,vajcia, uhorky,cibuľa) Maslo 10g, paradajka 1ks	Ovocie	Pol. Hráškový krém s cit.šťavou Bravčové dusené Dusená zelenina Zemiaková kaša	330 100 200 220	1,7 1,7	Ovocie	DIA Kaša z ovsených vločiek s posýpkou Snack so slanin. a syrom 1ks II.več: chlieb 50g, šun. pena 50g	350
STREDA 21.7.2021	Čaj, Mlieko Chlieb 50g, Rožok sój.1ks Maslo 10g Nátierka syrová 50g	Ovocie	Pol. Zeleninová s cest. Maďarský guláš Domáca kysnutá knedľa	330 120 120	1,9 1,3,7	Pagáč	Cviklové rizoto Šalát ľadový II.več:chlieb 50g,tavený syr	350 120
ŠTVRTOK 22.7.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 50g, Kaiser. s pos. 1ks Maslo 10g Moravské mäso 50g, 1/2 papriky	Jogurt biely	Pol. Zelerová krémová Hovädzia roštenka Ryža Šalát mrkvovo - jablkový	330 120 140 120	1,7,9 / 1	Ovocie	Liptovská zmes Zemiaková kaša kyslá uhorka II.več:rožo sój.1ks, maslo 10g	100 220 120
PIATOK 23.7.2021	Čaj, Biela káva Chlieb 50g, Rožok gr. 1ks, Maslo 10g DIA džemové maslo 50g	Ovocie	Pol. Šošovicová s párkom Hoki grilované so syrom Zemiaky varené Šalát miešaný	330 120 220 120	1 1,3,4,7	Ovocie	Chlieb 50g, Maslo 10g Saláma Poličan 80g Paradajka 1 ks II.več: rožok gr.1ks, acidko1ks	
SOBOTA 24.7.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 50g, Maslo 10g Pagáč škvarkový 1ks Kefir 1ks	Ovocie	Pol. Brokolicová s vajcom Špagety boloňské (špagety,br.mäso,koreň.zelen.,pretlak,syr) Ovocie 1ks	330 350	1,3 1,7	DIA Puding	Fazuľkový prívarok Bravčový perkelt Zemiaky varené II.več: chlieb 50g, nátier.maslo 50g	250 120 220
NEDEĽA 25.7.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 50g, Rožok sój.1ks Maslo 10g Hydinový nárez 50g,cibuľka1ks	Jogurt biely	Pol. Kuracia s mäsom a niť. Pečené kuracie stehno plnené Ryža DIA Kompót, ovocie 2ks	330 220 140 120	1,9 1,3,7	DIA Detská výživa	Chlieb 50g, Maslo 10g Tavený syr, paprika 1/2 II.več: rožok gr.1ks, 1/2paštéta	



Stredisko sociálnej pomoci
mesta Košice

Jedálny lístok na obdobie od 19.7.2021 do 25.7.2021 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 19.7.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g Kur.desiat. saláma 50g, pór	Ovocie	Pol. Krúpková Maďarské fliačky (fliačky,tvaroh,smotana kyslá) Acidko 1ks	330 360	1,9 1,7	Detská výživa	Kotlíkový guláš Chlieb	350 50
UTOROK 20.7.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Kaiserka 1ks Maslo 20g Nátierka šunková 50g paradajka 1ks	Džús	Pol. Hráškový krém s cit.šťavou Bravčové dusené Dusená zelenina Zemiaková kaša	330 100 200 250	1,7 1,7	Ovocie	Kaša z ovsených vločiek s posýpkou Pizza rožok 1ks	350
STREDA 21.7.2021	Čaj, Mlieko Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g Nátierka syrová 50g	Ovocie	Pol. Zeleninová s cest. Maďarský guláš ŠETR. Domáca suchárová knedľa	330 120 160	1,9 1,3,7	Croissant	Cviklové rizoto Šalát ľadový	350 120
ŠTVRTOK 22.7.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Žemľa 1ks Maslo 20g Výberová šunka 50g, paradajka	Jogurt ovocný	Pol. Zelerová krémová Hovädzia roštenka Ryža Šalát mrkvovo - jablkový	330 120 190 120	1,7,9 / 1	Ovocie	Liptovská zmes Zemiaková kaša Šalát cviklový	100 250 120
PIATOK 23.7.2021	Čaj, Biela káva Chlieb 80g, Maslo 20g Lupačka 1ks Medové maslo 50g	Ovocie	Pol. Zemiaková s párkom Hoki grilované so syrom Zemiaky varené Šalát miešaný ŠETR.	330 120 250 120	1 1,3,4,7	Keks	Chlieb 100g Maslo 20g Saláma šunková 80g Paradajka 1 ks	
SOBOTA 24.7.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Maslo 20g Kaiserka 1ks Kefir 1ks	Ovocie	Pol. Brokolicová s vajcom Špagety boloňské (špagety,br.mäso,koreň.zelenina,pretlak,syr) Džús 1ks	330 350	1,3 1,7	Puding + piškóty	Fazuľkový prívarok Bravčový perkelt Zemiaky varené	250 120 250
NEDEĽA 25.7.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g Hydinový nárez 50g, šalát ľadový 1ks	Džús	Pol. Kuracia s mäsom a nit'. Pečené kuracie stehno plnené Ryža Kompót Ovocie 2ks	330 220 190 120	1,9 1,3,7	Detská výživa	Chlieb 100g Maslo 20g Sladké pečivo Jogurt čokoládový 1ks	

Vyhotovil: Katarína Spišiaková, nutričný terapeut
ZMENA JEDÁLNEHO LÍSTKA VYHRADENÁ

Schválil: Mgr. Zdenka Sloviková, riaditeľka