

# Jedálny lístok na obdobie od 26.7.2021 do 1.8.2021

## RACIONÁLNA DIÉTA

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

	Raňajky	Desiata	Obed	Hmot.	Alerg*	Oloverant	Večera	Hmot.
<b>PONDELOK</b> <b>26.7.2021</b>	Čaj, Mlieko Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g Mliekarenská hrudka 50g Paradajka	Detská výživa	Pol. Zeleninová s pečen. haluškami Kelový prívarok (zemiaky, kel, cesnak, cibuľa) Bravčový perkelt Chlieb	330 250 120 50	1,3,9 1	Ovocie	Šunkové fľačky Šalát cviklový	350 120
<b>UTOROK</b> <b>27.7.2021</b>	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Kaiserka 1ks Maslo 20g Párky 2ks, horčica	Jogurt čokol.	Pol. Hokkaido Kuracie kocky na zelenine Cestovina	330 120 190	1,7 1,9	Ovocie	Zemiaky s cibuľkou Acidko 1ks	350
<b>STREDA</b> <b>28.7.2021</b>	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g Nát. tuniak. 50g, Red'kovka	Ovocie	Pol. Rascová s vajícom Pečené kačacie stehno Dusená červená kapusta Domáca kysnutá knedľa	330 220 150 160	1,3 1,3,7	Keks	Bravčové rizoto Kyslá uhorka	350 120
<b>ŠTVRTOK</b> <b>29.7.2021</b>	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g Saláma Malokarpatská 50g Cibuľka 1ks	Džús	Pol. Mrkvová s liat.cestom Hovädzie námornícke Zemiaky varené Šalát paradajkový	330 120 250 120	1,3 / 1,3,7	Ovocie	Špenátové halušky so Syrivo – šampiňónovou omáčkou	350
<b>PIATOK</b> <b>30.7.2021</b>	Čaj, Biela káva Chlieb 80g, Žemľa 1 ks Maslo 20g Sabinovská nátierka s cedar. príchut'ou 50g, 1/2 paprika	Ovocie	Pol. Kyjevské šči (mäso, ryža, maslo, pretlak, kapusta kyslá) Palacinky s džemom a čokoládou	330 350	1,7 1,3,7	Termix	Chlieb 100g Maslo 20g Pečeňový syr 100g Cibuľka 1ks	
<b>SOBOTA</b> <b>31.7.2021</b>	Čaj, Kakao Chlieb 80g, Maslo 20g Sladké pečivo Jogurtové mlieko 1ks	Ovocie	Pol. Milánska (paradajková so syrom) Pražské zemiaky (zemiaky, mlieko, syr, klobása páriková, vajcia, brúdené) Šalát ľadový	330 350 120	1,7 3,7	Ovocie	Morčacie Azu tatarské (morčacie mäso, kyslé uhorky, citróny) cestovina	120 190
<b>NEDEĽA</b> <b>1.8.2021</b>	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g Syr tavený 1ks Red'kovka	Jogurt biely	Pol. Drobková s niť. Kuracie prsia pod broskyňou, šunkou a syrom Ryža Ovocie 1ks, Džús 1ks	330 120 190	1,9 1,7	Detská výživa	Chlieb 100g Maslo 20g Hydinová tlačienka 100g Paradajka 1ks	

# Jedálny lístok na obdobie od 26.7.2021 do 1.8.2021

## 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.
<b>PONDELOK</b> <b>26.7.2021</b>	Čaj, Mlieko Chlieb 50g, Rožok gr.1ks Maslo 10g Mliekarenská hrudka 50g Paradajka	DIA Detská výživa	Pol. Zeleninová s peč. Hal. Kelový prívarok (zemiaky, kel, cesnak, cibuľa) Bravčový perkelt Chlieb	330 250 120 50	1,3,9 1	Ovocie	Šunkové fľačky Šalát cviklový <b>II.večera: chlieb 50g, ryby v tomate 1ks</b>	350 120
<b>UTOROK</b> <b>27.7.2021</b>	Čaj, Čierna káva Chlieb 50g, Kaiserka s pos. 1ks Maslo 10g Párky 2ks, horčica	Jogurt biely	Pol. Hokkaido Kuracie kocky na zelenine Cestovina	330 120 140	1,7 1,9	Ovocie	Zemiaky s cibuľkou Acidko 1ks <b>II.več: rožok gr.1ks, šun. pena 50g</b>	350
<b>STREDA</b> <b>28.7.2021</b>	Čaj, Čierna káva Chlieb 50g, Rožok sój. 1ks Maslo 10g Nát. tuniak. 50g, Red'kovka	Ovocie	Pol. Rascová s vajcom Pečené kačacie stehno Dusená červená kapusta Domáca kysnutá knedľa	330 220 150 120	1,3 1,3,7	DIA Keks	Bravčové rizoto Kyslá uhorka <b>II.več: chlieb 50g, maslo 10g, 1/2 paradajky</b>	350 120
<b>ŠTVRTOK</b> <b>29.7.2021</b>	Čaj, Čierna káva Chlieb 50g, Rožok sój.1ks Maslo 10g Saláma Malokarpatská 50g Cibuľka 1ks	Džús	Pol. Mrkvová s liat. cestom Hovädzie námornícke Zemiaky varené Šalát paradajkový	330 120 220 120	1,3 / 1,3,7	Ovocie	Špenátové halušky so syrovo – šampiňónovou omáčkou <b>II.več: pagáč škvark. 1ks</b>	350
<b>PIATOK</b> <b>30.7.2021</b>	Čaj, Biela káva Chlieb 50g, Kaiser.s pos. 1 ks Maslo 10g, 1/2 papriky Sabinovská nátiierka s čed. 50g,	Ovocie	Pol. Kyjevské šči (mäso, ryža, maslo, pretlak, kapusta kyslá)  DIA Palacinky s džemom	330  350	1,7 1,3,7	Jogurt biely	Chlieb 50g, Maslo 10g Pečeňový syr 100g Cibuľka 1ks <b>II.več.: rožok sój.1ks, kefir 1ks</b>	
<b>SOBOTA</b> <b>31.7.2021</b>	Čaj, Mlieko Chlieb 50g, Maslo 10g Rožok gr.1ks Burgundská šunka 50g Paradajka	Ovocie	Pol. Milánska (paradajková so syrom) Pražské zemiaky (zemiaky, mlieko, syr, klobása párková, vajcia, br.údené) Šalát ľadový	330 350 120	1,7 3,7	Ovocie	Morčacie Azu tatarské (morčacie mäso, kyslé uhorky, citróny) cestovina <b>II.več.: chlieb 50g, syr tavený</b>	120 140
<b>NEDEĽA</b> <b>1.8.2021</b>	Čaj, Čierna káva Chlieb 50g, Rožok gr. 1ks Maslo 10g Šunková aspik mozaika 50g Red'kovka	Jogurt biely	Pol. Drobková s niť. Kuracie prsia pod broskyňou, šunkou a syrom Ryža Ovocie 2ks	330 120 140	1,9 1,7	Detská výživa	Chlieb 50g, Maslo 10g Hydinová tlačienka 100g Paradajka 1ks <b>II.več: kaiserka s pos.1ks, maslo 10g</b>	

Vyhotovil: Katarína Spišiaková, nutričný terapeut

ZMENA JEDÁLNEHO LÍSTKA VYHRADENÁ (hmotnosť mäsa v surovom stave)

Schválil: Mgr. Zdenka Sloviková, riaditeľka



Stredisko sociálnej pomoci  
mesta Košice

# Jedálny lístok na obdobie od 26.7.2021 do 1.8.2021

## ŠETRIACA DIÉTA

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

	Raňajky	Desiata	Obed	Hmot.	Alerg*	Olovrant	Večera	Hmot.
<b>PONDELOK 26.7.2021</b>	Čaj, Mlieko Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g Mliekarenská hrudka 50g Paradajka	Detská výživa	Pol. Zeleninová s pečeň.haluškami Cuketový prívarok Bravčový perkelt Chlieb	330 250 120 50	1,3,9 1	Ovocie	Šunkové fliačky Šalát cviklový	350 120
<b>UTOROK 27.7.2021</b>	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Kaiserka 1ks Maslo 20g Párky 2ks, kečup	Jogurt čokol.	Pol. Hokkaido Kuracie kocky na zelenine Cestovina	330 120 190	1,7 1,9	Ovocie	Zemiaky s maslom Acidko 1ks	350
<b>STREDA 28.7.2021</b>	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g Nát. tuniak. 50g, Paradajka	Ovocie	Pol. Rascová s vajcom Pečené kačacie stehno Dusená čínska kapusta Domáca suchárová knedľa	330 220 150 160	1,3 1,3,7	Keks	Bravčové rizoto Šalát mrkvovo – jabl.	350 120
<b>ŠTVRTOK 29.7.2021</b>	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g Saláma Šunková 50g Pór	Džús	Pol. Mrkvová s liat. cestom Hovädzie námornícke Zemiaky varené Šalát paradajkový	330 120 250 120	1,3 / 1,3,7	Ovocie	Špenátové halušky so syrovou omáčkou	350
<b>PIATOK 30.7.2021</b>	Čaj, Biela káva Chlieb 80g, Žemľa 1 ks Maslo 20g Nátierkové maslo 50g, Šalát ľadový	Ovocie	Pol. Kyjevské šči Šetr. (mäso,ryža,maslo,pretlak,kapusta čínska) Ovocné knedlíčky s jahodovou náplňou	330 350	1,7 1,3,7	Termix	Chlieb 100g Maslo 20g Paštéka 1ks Paradajka 1ks	
<b>SOBOTA 31.7.2021</b>	Čaj, Kakao Chlieb 80g, Maslo 20g Sladké pečivo Jogurtové mlieko 1ks	Ovocie	Pol. Milánska (paradajková so syrom) Pražské zemiaky (zemiaky,mlieko,syr,klobása párková,vajcia) Šalát ľadový	330 350 120	1,7 3,7	Ovocie	Morčací guláš prírodný cestovina	120 190
<b>NEDEĽA 1.8.2021</b>	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g Syr tavený 1ks Pór	Jogurt biely	Pol. Drobková s niť. Kuracie prsia pod broskyňou, šunkou a syrom Ryža Ovocie 1ks, Džús 1ks	330 120 190	1,9 1,7	Detská výživa	Chlieb 100g Maslo 20g Hydinová tlačienka 100g Paradajka 1ks	

Vyhotovil: Katarína Spišiaková, nutričný terapeut

ZMENA JEDÁLNEHO LÍSTKA VYHRADENÁ (hmotnosť mäsa v surovom stave)

Schválil: Mgr. Zdenka Sloviková, riaditeľka