



Stredisko sociálnej pomoci
mesta Košice

Jedálny lístok na obdobie od 1.11.2021 do 7.11.2021

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 1.11.2021	Čaj, Mlieko Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g Syr Eidam 50g, paradajka 1ks	Ovocie	Pol. Zelenin. s pečeň. haluškami Pečené kuracie stehno s plnkou Ryža Kompót	330 220 190 120	1,3,9 1,3,7	Puding so šľahačkou	Boloňské špagety Čaj	350
UTOROK 2.11.2021	Čaj Chlieb 80g, Kaiserka 1ks Maslo 20g Pagáč škvarkový Jogurt biely 1ks	Detská výživa	Pol. Vajíčková s rascou Hovädzie varené Paradajková omáčka Zemiaková kaša	330 100 150 250	1,3 1,7	Ovocie	Restovaná pečeň na póre Ryža Kyslá uhorka	120 190 120
STREDA 3.11.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g Nátierka sardinková 50g	Ovocie	Pol. Klasická cesnaková Ruský biftek Domáca kysnutá knedľa	330 120 160	1 1,3,7,9	Keks	Granatiersky pochod Šalát cviklový	350 120
ŠTVRTOK 4.11.2021	Čaj Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g Šunková aspik mozaika 50g 1/2 papriky	Džús	Pol. Mrkvovo - šošovicová Mletý rezeň so syrom Varené zemiaky Šalát steril.	330 100 250 120	1,7 / 1,3,7	Ovocie	Krupicová kaša s posýpkou Pizza rožok 1ks	300
PIATOK 5.11.2021	Čaj Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g Nátierka vlašská 50g (maslo, vajcia, šunka, horčica, uhorky steril., cibuľa)	Ovocie	Pol. Držková, chlieb 50g Fliačky s hlávkovou kapustou Džús 1ks	330 350	1 1,7	Jogurt kakaový	Chlieb 100g Maslo 20g Pečeňový syr 100g Paradajka 1ks	
SOBOTA 6.11.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Žemľa 1ks, Opekaný špekáčik Maslo 20g, Horčica	Croissant	Pol. Zelerová krémová Salašnícka pochúťka Slovenská ryža Šalát uhorkový	330 120 190 120	1,7 1	Ovocie	Šalátový prívarok Varené vajce Zemiaková kaša	150 50 250
NEDEĽA 7.11.2021	Čaj, Biela káva Chlieb 80g, Závin Maslo 20g Tvaroháčik 1ks	Ovocie	Pol. Drobková s niť. Morčací stroganov 1/2 pečené zemiaky, 1/2 ryža Tatárska omáčka Keks 1ks	330 120 190 50	1,9 1,7,10	Kefir	Chlieb 100g Maslo 20g Saláma Vysočina 80g Cibuľka 1ks	

Vyhotovil: Katarína Spišiaková, nutričný terapeut
ZMENA JEDÁLNEHO LÍSTKA VYHRADENÁ (hmotnosť mäsa v surovom stave)

Zodpovedná osoba: Jana Hojnošová, vedúca stravovacieho úseku



Stredisko sociálnej pomoci
mesta Košice

Jedálny lístok na obdobie od 1.11.2021 do 7.11.2021

DIABETICKÁ 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.
PONDELOK 1.11.2021	Čaj, Mlieko Chlieb 50g, Rožok sój. 1ks Maslo 10g Syr Eidam 50g, paradajka 1ks	Ovocie	Pol. Zelenin. s pečeň.halušk. Pečené kur. stehno s plnkou Ryža DIA Kompót	330 220 140 120	1,3,9 1,3,7	DIA Puding	Boloňské špagety Čaj II.več: chlieb 50g, maslo 10g	320
UTOROK 2.11.2021	Čaj Chlieb 50g, Kaiserka s pos.1ks Maslo 10g Pagáč škvarkový , Jog.biely 1ks	DIA Detská výživa	Pol. Vajíčková s rascou Hovädzie varené Paradajková omáčka Zemiaková kaša	330 100 150 220	1,3 1,7	Ovocie	Bravčové na póre Ryža Kyslá uhorka II.več: chlieb 50g, syr tav.	120 140 130
STREDA 3.11.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 50g, Rožok gr. 1ks Maslo 10g Nátierka sardinková 50g	Ovocie	Pol. Klasická cesnaková Ruský biftek Domáca kysnutá knedľa	330 120 120	1 1,3,7,9	DIA Keks	Granatiersky pochod Šalát cviklový II.več:kaiser.s pos.1ks, šunková pena 50g	320 130
ŠTVRTOK 4.11.2021	Čaj Chlieb 50g, Rožok sój.1ks Maslo 10g, 1/2 papriky Šunk. aspik mozaika 50g	Jogurt biely	Pol. Mrkvovo - šošovicová Mletý rezeň so syrom Varené zemiaky Šalát steril.	330 100 220 130	1,7 / 1,3,7	Ovocie	Bratislavské mäsové rizoto Šalát ľadový II.več:rožok gr.1ks, dia džemové maslo 50g	320 130
PIATOK 5.11.2021	Čaj Chlieb 50g, Rožok gr.1ks Maslo 10g Nátierka vlašská 50g (maslo,vajcia,šunka,horčica, uhorky steril.,cibuľa)	Ovocie	Pol. Držková, chlieb 50g Fliačky s hlávkovou kapustou Ovocie 1ks	330 320	1 1,7	Jogurt biely	Chlieb 50g, Maslo 10g Šunka pražská 80g Paradajka 1ks II.več:kaiser.s pos.1ks, nátierk.maslo 50g	
SOBOTA 6.11.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 50g, Kaiserka s pos. 1ks Maslo 10g Varená párk klobása, Horčica	Pagáč	Pol. Zelerová krémová Salašnická pochúťka Slovenská ryža Šalát uhorkový	330 120 140 130	1,7 1	Ovocie	Šalátový prívarok Varené vajce Zemiaková kaša II.več:chlieb 50g, šunková saláma 50g	150 50 220
NEDEĽA 7.11.2021	Čaj, Biela káva Chlieb 50g, Rožok sój.1ks Maslo 20g DIA Džem , Jogurt biely 1ks	Ovocie	Pol. Drobková s niť. Morčací stroganov 1/2 pečené zemiaky, 1/2 ryža Tatárska omáčka Ovocie 1ks	330 120 140 50	1,9 1,7,10	Kefír	Chlieb 50g Maslo 10g Saláma kuracia desiat. 80g Cibuľka 1ks II.več:rožok gr.1ks,syr 50g	

Vyhotovil: Katarína Spišiaková, nutričný terapeut

ZMENA JEDÁLNEHO LÍSTKA VYHRADENÁ (hmotnosť mäsa v surovom stave)

Zodpovedná osoba: Jana Hojnošová, vedúca stravovacieho úseku

Jedálny lístok na obdobie od 1.11.2021 do 7.11.2021

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 1.11.2021	Čaj, Mlieko Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g Syr Eidam 50g, paradaj. 1ks	Ovocie	Pol. Zelenin. s liat. cestom Pečené kuracie stehno s plnkou Ryža Kompót	330 220 190 120	1,3,9 1,3,7	Puding	Boloňské špagety Čaj	350
UTOROK 2.11.2021	Čaj Chlieb 80g, Kaiserka 1ks Maslo 20g Slimák s brokol. nápl. Jogurt biely 1ks	Detská výživa	Pol. Vajíčková s rascou Hovädzie varené Paradajková omáčka Zemiaková kaša	330 100 150 250	1,3 1,7	Ovocie	Bravčové na póre Ryža Šalát miešaný ŠETR.	120 190 120
STREDA 3.11.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g Nátierka sardinková 50g	Ovocie	Pol. Hlivová so zem. Ruský biftek ŠETR. Domáca suchárová knedľa	330 120 160	1 1,3,7,9	Keks	Granatiersky pochod Šalát cviklový	350 120
ŠTVRTOK 4.11.2021	Čaj Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g, pór Šunková aspik mozaika 50g	Džús	Pol. Mrkvová krém. Mletý rezeň so syrom Varené zemiaky Šalát ľadový	330 100 250 120	1,7 / 1,3,7	Ovocie	Krupicová kaša s posýpkou Pizza rožok 1ks	300
PIATOK 5.11.2021	Čaj Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g Nátierka salámová 50g	Ovocie	Pol. Frankfurtská, chlieb 50g Fľačky s čínskou kapustou Džús 1ks	330 350	1 1,7	Jogurt kakaový	Chlieb 100g Maslo 20g Šunka pražská 80g Paradajka 1ks	
SOBOTA 6.11.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Žemľa 1ks, Maslo 20g Varená párk. klobása Kečup	Croissant	Pol. Zelerová krémová Salašnicka pochúťka Slovenská ryža Šalát z mrkvový	330 120 190 120	1,7 1	Ovocie	Šalátový prívarok Varené vajce Zemiaková kaša	150 50 250
NEDEĽA 7.11.2021	Čaj, Biela káva Chlieb 80g, Závin Maslo 20g Tvaroháčik 1ks	Ovocie	Pol. Drobková s niť. Morčací stroganov Varené zemiaky s petrž. vňaťou Šalát zelerovo – jablk. Keks 1ks	330 120 190 120	1,9 1,7,9	Kefír	Chlieb 100g Maslo 20g Saláma kuracia desiata. 80g Paradajka 1ks	

Vyhotovil: Katarína Spišiaková, nutričný terapeut

ZMENA JEDALNEHO LISTKA VYHRADENA (hmotnosť mäsa v surovom stave)

Zodpovedná osoba: Jana Hojnošová, vedúca stravovacieho úseku