



Stredisko sociálnej pomoci
mesta Košice

Jedálny lístok na obdobie od 25.10.2021 do 31.10.2021

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 25.10.2021	Čaj Chlieb 80g, Rožok gr. 1ks Maslo 20g Nátierka budapeštianska 50g, 1/2 červenej papriky	Ovocie	Pol. Ragú kuracia s knedlíčkami Koložvárska kapusta Chlieb	330 300 50	1,3,9 1,7	Croissant	Bravčové na karfirole Tarhoňa	120 190
UTOROK 26.10.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Žemľa 1ks Maslo 20g Párky 2ks, horčica	Ovocie	Pol. Kelová so zem. Plnené dus. kuracie prsia Ryža s kukuricou Šalát paradajkový	330 120 190 120	1 1,7	Pizza rožok	Bublanina s ovocím Jogurt biely 1ks	350
STREDA 27.10.2021	Čaj Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g Šunka pražská 50g, pór	Ochutené mlieko	Pol. Špenátová s opr.chlebom Bravčový vyprážaný rezeň Šalát zemiakový s jogurtom	330 120 250	1,7 1,3,7	Ovocie	Brokolicové rizoto so syrom Šalát mrkvový	350 120
ŠTVRTOK 28.10.2021	Čaj, Ochutené mlieko Chlieb 80g Vianočka 1/4 Maslo 20g, Med 1ks	Kornspitz	Pol. Bulharská zeleninová Hovädzie meráno Cestoviny	330 120 190	1,9 / 1,7	Ovocie	Pražské zemiaky Steril.šalát	350 120
PIATOK 29.10.2021	Čaj, Mlieko Chlieb 80g, Kaiserka 1ks Maslo 20g Nátierka z taveného syra s kápiou 50g	Ovocie	Pol. Gulášová s mäs., chlieb 50g Pirôžky so slivkovou náplňou Džús 1ks	330 350	1 1,3,7	Detská výživa	Chlieb 100g, Maslo 20g Paštéka 1ks Cibuľka 1ks	
SOBOTA 30.10.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g Šunková aspik mozaika 50g	Puding	Pol. Krúpková s párkom Bravčový perkelt Tekvicový prívarok Varené zemiaky	330 120 150 250	1,9 1,7	Ovocie	Šalát cestovinový s morčacím mäsom Pagáč škvarkový 1ks	350
NEDEĽA 31.10.2021	Čaj Chlieb 80g, Žemľa 1ks Maslo 20g Saláma Malokarpatská 50g Paradajka 1ks	Keks	Pol. Kost'ová s niť. Bravčové štefánske Slovenská ryža Šalát uhorkový Ovocie 1ks	330 120 190 120	1,3,9 1,3,7	Ovocie	Chlieb 100g, Maslo 20g Sladké pečivo 1ks Termix 1ks	

Vyhotovil: Katarína Spišiaková, nutričný terapeut

Zodpovedná osoba: Jana Hojnošová, vedúca stravovacieho úseku

ZMENA JEDÁLNEHO LÍSTKA VYHRADENÁ (hmotnosť mäsa v surovom stave)

Jedálny lístok na obdobie od 25.10.2021 do 31.10.2021

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 25.10.2021	Čaj Chlieb 50g, Rožok gr.1ks Maslo 10g Nátierka budapeštianska 50g, 1/2 červenej papriky	Ovocie	Pol. Ragú kuracia s knedličkami Koložvárska kapusta Chlieb	330 300 50	1,3,9 1,7	Pagáč	Bravčové na karfirole Tarhoňa II.več: chlieb 50g, maslo 10g	120 140
UTOROK 26.10.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 50g, Kaiserka s pos. 1ks Maslo 10g Párky 2ks, horčica	Ovocie	Pol. Kelová so zem. Plnené dus.kuracie prsia Ryža s kukuricou Šalát paradajkový	330 120 140 130	1 1,7	Pizza rožok	DIA Bublana s ovocím Jogurt biely 1ks II.več:chlieb 50g, maslo 10g, šunková saláma 50g	320
STREDA 27.10.2021	Čaj Chlieb 50g, Rožok sój.1ks Maslo 10g Šunka pražská 50g, pór	Jogurt biely	Pol. Špenátová s opr.chlebom Bravčový vyprážený rezeň Šalát zemiakový s jogurtom	330 120 220	1,7 1,3,7	Ovocie	Brokolicové rizoto so syrom Šalát mrkvový II.več:kaiserka s pos.1ks, nátierka rybacia 50g	320 130
ŠTVRTOK 28.10.2021	Čaj, DIA Biela káva Chlieb 50g,Rožok gr.1ks Maslo 20g Párenica 1ks	Korn- spitz	Pol. Bulharská zeleninová Hovädzie meráno Cestoviny	330 120 140	1,9 / 1,7	Ovocie	Pražské zemiaky Steril.šalát II.več: rožok sój.1ks, nátierkové maslo 50g	320 130
PIATOK 29.10.2021	Čaj, Mlieko Chlieb 50g, Kaiserka s pos. 1ks Maslo 10g Nátierka z taveného syra s kápiou 50g	Ovocie	Pol.Guláš. s mäsom,chlieb 50g Rybíe filé na masle Zemiaky varené s petr.vňat'ou Šalát ľadový	330 120 220 120	1 1,4,7	DIA Detská výživa	Chlieb 50g, Maslo 10g Paštéka 1ks Cibuľka 1ks II.več.:rožok sój.1ks, varené vajce 1ks	
SOBOTA 30.10.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 50g, Rožok sój. 1ks Maslo 10g Šunková aspik mozaika 50g	DIA Puding	Pol. Krúpková s párkom Bravčový perkelt Tekvicový prívarok Varené zemiaky	330 120 150 220	1,9 1,7	Ovocie	Šalát cestovinový s morčacím mäsom Pagáč škvarkový 1ks II.več:chlieb 50g, maslo 10g	320
NEDEĽA 31.10.2021	Čaj Chlieb 50g, Kaiserka s pos. 1ks Maslo 10g Výberová šunka 50g Paradajka 1ks	DIA Keks	Pol. Kost'ová s niť. Bravčové štefánske Slovenská ryža Šalát uhorkový Ovocie 1ks	330 120 140 120	1,3,9 1,3,7	Ovocie	Chlieb 50g, Maslo 10g Syr cottage 1ks,paradaj.1ks II.več: rožok gr.1ks, šunková pena	

Jedálny lístok na obdobie od 25.10.2021 do 31.10.2021

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 25.10.2021	Čaj Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g Nátierka mrkvová 50g, paradajka 1ks	Ovocie	Pol. Ragú kuracia s knedličkami Koložvárska kapusta (s čínsk.kapustou) ŠETR. Chlieb	330 300 50	1,3,9 1,7	Croissant	Bravčové na karfirole Tarhoňa	120 190
UTOROK 26.10.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Žemľa 1ks Maslo 20g Párky 2ks, kečup	Ovocie	Pol. Zemiaková s major. Plnené dus.kuracie prsia Ryža Šalát paradajkový	330 120 190 120	1 1,7	Pizza rožok	Bublanina s ovocím Jogurt biely 1ks	350
STREDA 27.10.2021	Čaj Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g Šunka pražská 50g, pór	Ochutené mlieko	Pol. Špenátová s opr.chlebom Bravčový prírodný rezeň Zemiaková kaša Šalát z čínskej kapusty	330 120 250 120	1,7 1,7	Ovocie	Brokolicové rizoto so syrom Šalát mrkvový	350 120
ŠTVRTOK 28.10.2021	Čaj, Ochutené mlieko Chlieb 80g Vianočka 1/4 Maslo 20g, Med 1ks	Slimák s brokol. nápl.	Pol. Bulharská zeleninová Hovädzie meráno Cestoviny	330 120 190	1,9 / 1,7	Ovocie	Pražské zemiaky Šalát cviklový	350 120
PIATOK 29.10.2021	Čaj, Mlieko Chlieb 80g, Kaiserka 1ks Maslo 20g Nátierka z taveného syra 50g	Ovocie	Pol. Gulášová s mäs., chlieb 50g Pirôžky so slivkovou náplňou Džús 1ks	330 350	1 1,3,7	Detská výživa	Chlieb 100g, Maslo 20g Paštéka 1ks Pór	
SOBOTA 30.10.2021	Čaj, Čierna káva Chlieb 80g, Rožok 1ks Maslo 20g Šunková aspik mozaika 50g	Puding	Pol. Krúpková s párkom Bravčový perkelt Tekvicový prívarok Varené zemiaky	330 120 150 250	1,9 1,7	Ovocie	Šalát cestovinový s morčacím mäsom Pizza rožok 1ks	350
NEDEĽA 31.10.2021	Čaj Chlieb 80g, Žemľa 1ks Maslo 20g Výberová šunka 50g Paradajka 1ks	Keks	Pol. Kost'ová s niť. Bravčové štefánske Slovenská ryža Šalát miešaný ŠETR. Ovocie 1ks	330 120 190 120	1,3,9 1,3,7	Ovocie	Chlieb 100g, Maslo 20g Sladké pečivo 1ks Termix 1ks	

Vyhotovil: Katarína Spišiaková, nutričný terapeut

ZMENA JEDALNEHO LISTKA VYHRADENA (hmotnosť mäsa v surovom stave)

Zodpovedná osoba: Jana Hojnošová, vedúca stravovacieho úseku