

Jedálny lístok na obdobie od 03.10.2022 do 09.10.2022

RACIONÁLNA DIÉTA



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

	Raňajky	Desiata	Obed	Hmot.	Alerg*	Kcal	Olovrant	Večera	Hmot.
PONDELOK 03.10.2022	Čaj Chlieb 100g Šunková pena 50g Maslo 20g	Ovocie	Pol. hrstková s údeným Zeleninové rezne vyprážené Zemiaková kaša Šalát miešaný	330ml 150g 250g 120g	1,9 1,3,9,7 7	3030 6900 2300 160	Jogurt biely	Morčacie na paprike cestovina vrúty	120g 190g
UTOROK 04.10.2022	Čaj Chlieb 100g Praženica	Keks	Pol. cesnaková s opraž.žemľou Kuracie mäso Šhangaj Ryža	330ml 120g 190g	1,3 1,3,7	1530 1060 1659	Ovocie	Krupicová kaša s posýpkou	300g
STREDA 05.10.2022	Čaj, Biela káva Chlieb 100g Maslo 20g Saláma 50g	Ovocie	Pol. zeleninová s cestovinou Šošovicový prívarok Br.perkelt Chlieb	330ml 300g 120g 50g	1,3,9 1,7 1	2550 2520 1340 1150	Puding	Cestoviny so syrovou omáčkou	350g
ŠTVRTOK 06.10.2022	Čaj Chlieb 100g Maslo 20g Syr troj.,2ks uhorka 30g	Jogurt ovocný	Pol. vajíčková s rascou Rybie filé na zelenine zemiaky s maslom	330ml 150g 250g	1,3,9 1,9 7	870 2740 1659	Ovocie	Fliačky s hlávkovou kapustou	350g
PIATOK 07.10.2022	Čaj Chlieb 100g rybacia nátierka 50g	Ovocie	Pol. Goralská Šúl'ance s makovou posýpkou Čaj	330ml 350g	1,9 1,3,7	4920 8340	Džús	Chlieb Maslo Pečená sekaná Paradajka	100g 20g 100g 1ks
SOBOTA 08.10.2022	Čaj Chlieb 100g Maslo 20g Šunka 50g	Ovocie	Pol. Kalerábová s lievankou Boloňské cestoviny (pene s mletým mäsom a syrom)	330ml 350g	1,3 1,7	900 4710	Ovocie	Pražské zapečené zemiaky Cvikla steril.	350g 120g
NEDEĽA 09.10.2022	Čaj, Mlieko Zemplínsky koláč ¼ (100g) Maslo 20g, Med 1ks	Detská výživa	Pol. Drobková s nit'. Holandský mletý rezeň Zemiaky s petržlen.vňať. Kompót	330ml 120g 250g 120g	1,9 1,9 7	1410 3660 1659 850	Ovocie	Chlieb Maslo Paštedka syr troj.	100g 20g 1ks 1ks

Jedálny lístok na obdobie od 03.10.2022 do 09.10.2022

DIABETICKÁ DIÉTA



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

	Raňajky	Desiata	Obed	Hmot.	Alerg*	Kcal	Olovrant	Večera	Hmot.
PONDELOK 03.10.2022	Čaj Chlieb 50g šunková pena 50g ½ paradajka, maslo 10g	Ovocie	Pol. hárstková Zeleninové rezne vyprážené Zemiaková kaša Šalát miešaný	330ml 150g 220g 130g	1,7,9 1,3,7 7	3030 6900 2300 160	Jogurt biely	Morčacie na paprike Cestovina vrúty II.več.:chlieb50g, maslo 10g	120g 160g
UTOROK 04.10.2022	Čaj Chlieb 50g Praženica	Keks dia	Pol. cesnaková s opraž.žemľou Kuracie mäso Šhangaj Ryža	330ml 120g 160g	1,7 1,3,7	1530 1060 1659	Ovocie	Krupicová kaša s posýpkou dia II.več.:kaiserkagr.,maslo10g	300g
STREDA 05.10.2022	Čaj, Biela káva dia Chlieb 50g Maslo 10g Saláma 50g	Ovocie	Pol. zeleninová s cestovinou Šošovicový prívarok Br.perkelt Chlieb	330ml 300g 120g 50g	1,7,9 1,7 1	2550 2520 1340 1150	dia detská výživa	Cestoviny so syrovou omáčkou II.več.:chlieb50g, nát.maslo 20	350g
ŠTVRTOK 06.10.2022	Čaj Chlieb 50g Maslo 10g Syr troj.,2ks uhorka 30g	Jogurt biely	Pol. vajíčková s rascou Rybie filé na zelenine zemiaky s maslom	330ml 150g 220g	1,3,9 1,9 7	870 2740 1659	Ovocie	Fliacky s hlávkovou kapustou II.več.:rožok gr.š.pena 50g	350g
PIATOK 07.10.2022	Čaj Chlieb 50g rybacia nátierka 50g	Ovocie	Pol. Goralská Šúľance s tvarohom Biely jogurt	330ml 350g 1 ks	1,7 1,3,7 7	4920 8340	Dia keks	Chlieb Maslo Pečená sekaná Paradajka II.več.:dia detská výživa	50g 10g 100g 1ks
SOBOTA 08.10.2022	Čaj Chlieb 50g Maslo 10g Šunka 50g	Ovocie	Pol. Kalerábová s lievankou Boloňské cestoviny (pene s mletým mäsom a syrom)	330ml 350g	1,3 1,7	900 4710	Ovocie	Pražské zapečené zemiaky Cvikla steril. II.več.:chlieb50g, syr troj.	350g 130g
NEDEĽA 09.10.2022	Čaj, Mlieko Chlieb 50g Maslo 10g, dia džem 1ks	Detská výživa dia	Pol. Drobková s niť. Holandský mletý rezeň Zemiaky s petzlen.vňat'. Kompót dia	330ml 120g 220g 130g	1,9 1,9,7 7	1410 3660 1659 850	Ovocie	Chlieb Maslo Paštka Syr troj. II.več.:syrový pagáč 1 ks	50g 10g 1ks 1ks

Jedálny lístok na obdobie od 03.10.2022 do 09.10.2022

ŠETRIACA DIÉTA



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

	Raňajky	Desiata	Obed	Hmot.	Alerg*	Kcal	Olovrant	Večera	Hmot.
PONDELOK 03.10.2022	Čaj Chlieb 100g Šunková pena 50g Maslo 20g	Ovocie	Pol. frankfurtská Zeleninové rezne dusené Zemiaková kaša Šalát miešaný	330ml 150g 250g 120g	1,7,9 1,3,7	3030 3900 2300 160	Jogurt biely	Morčacie na paprike ŠT Cestovina vrúty	120g 190g
UTOROK 04.10.2022	Čaj Chlieb 100g Maslo 20g syr Apetito 50g	Keks	Pol. zemiaková s opraž.žemľou Kuracie mäso Šhangaj ŠT Ryža	330ml 120g 190g	1,7 1,3,7	1530 1060 1659	Ovocie	Krupicová kaša s posýpkou	300g
STREDA 05.10.2022	Čaj, Biela káva Chlieb 100g Maslo 20g Saláma diétna 50g	Ovocie	Pol. zeleninová s cestovinou Fazuľkový prívarok Br.perkelt Chlieb	330ml 300g 120g 50g	1,7,9 1,7	2550 2520 1340 1150	Puding	Cestoviny so syrovou omáčkou	350g
ŠTVRTOK 06.10.2022	Čaj Chlieb 100g Maslo 20g Syr troj.,2ks Ľadový šalát 30g	Jogurt ovocný	Pol. vajíčkova s rascou Rybie filé na zelenine zemiaky s maslom	330ml 150g 250g	1 1,3,7	870 2740 1659	Ovocie	Fliačky s čínskou kapustou	350g
PIATOK 07.10.2022	Čaj Chlieb 100g rybacia nátierka	Ovocie	Pol. Goralská ŠT Šúľance so strúhankou Kompót	330ml 350g 120g	1,7 1,3,7 7	4920 8340 850	Džús	Chlieb Maslo Pečená sekaná ŠT Paradajka	100g 20g 100g 1ks
SOBOTA 08.10.2022	Čaj Chlieb 100g Maslo 20g Šunka 50g	Ovocie	Pol. Kalerábová s lievankou Boloňské cestoviny (pene s mletým mäsom a syrom)	330ml 350g	1,3 1,7	900 4710	Ovocie	Pražské zapečené zemiaky Cvikla steril.	350g 120g
NEDEĽA 09.10.2022	Čaj, Mlieko Zemplínsky koláč ¼ (100g) Maslo 20g, Med 1ks	Detská výživa	Pol. Drobková s niť. Brav. mletý rezeň dusený Zemiaky s petržlen.vňat'. Kompót	330ml 120g 250g 120g	1,9 1,9,7 7	1410 3660 1659 850	Ovocie	Chlieb Maslo Paštedka syr troj.	100g 20g 1ks 1ks

Vyhotovil: Katarína Bodnárová, poverená vedúca stravovacieho úseku, nutričný terapeut

ZMENA JEDÁLNEHO LÍSTKA VYHRADENÁ (hmotnosť mäsa v surovom stave)