

**JEDÁLNY LÍSTOK NA OBDOBIE OD 6. 7. 2026 DO 12. 7. 2026**
**Mixovaná strava diéty Racionálna, Šetriaca, Diabetická**

Deň	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
<b>Po 6.7.</b>	<b>3/Mix, 4/Mix</b> Ovocný čaj 0,20l, Nátierka paštétová 40g (7), Chlieb 75g (1, 7) <b>9/Mix, 9/4Mx</b> Ovocný čaj dia 0,2l, Nátierka paštétová 40g (7), Chlieb celozrnný 75g (1, 7)	<b>3/Mix, 4/Mix, 9/Mix, 9/4Mx</b> Jablko	<b>3/Mix, 4/Mix</b> Pol.košťová s krup.halušk.0,3l (1, 3, 9), Ryža dusená 160g, Bravčové mäso na rasci 200g (1), Nápoj koncentrát 0,2l <b>9/Mix, 9/4Mx</b> Pol.košťová s krup.halušk.0,3l (1, 3, 9), Ryža dusená 120g, Bravčové mäso na rasci dia 214g (1), Nápoj dia 0,2l	<b>3/Mix, 4/Mix</b> Termix (7) <b>9/Mix, 9/4Mx</b> Jogurt ovocný dia 1ks (7)	<b>3/Mix, 4/Mix</b> Prívarok fazuľkový 200g (1, 7), Varené vajíčko 1ks (3), Chlieb 50g (1, 7), Ovocný čaj 0,20l <b>9/Mix, 9/4Mx</b> Prívarok fazuľkový 200g (1, 7), Varené vajíčko 1ks (3), Chlieb celozrnný 50g (1, 7), Ovocný čaj dia 0,2l	<b>9/Mix, 9/4Mx</b> Šalát mrkvový s jablk.dia 100g
<b>Ut 7.7.</b>	<b>3/Mix, 4/Mix</b> Ovocný čaj 0,20l, Kakao 0,2l (7), Chlieb 75g (1, 7), Maslo porcované 20g 1ks (7), Syr plátkový 2ks, Paradajka 1/2 ks <b>9/Mix, 9/4Mx</b> Ovocný čaj dia 0,2l, Kakao dia 0,2l (7), Maslo porcované 20g 1ks (7), Syr plátkový 2ks, Paradajka 1/2 ks, Chlieb celozrnný 75g (1, 7)	<b>3/Mix, 4/Mix, 9/Mix, 9/4Mx</b> Marhuľa	<b>3/Mix, 4/Mix</b> Pol.krúpová diétna 0,3l (9), Rybie filé v cestíčku 130g (1, 3, 4, 7), Zemiaky varené 200g, Cvikla 70g, Nápoj koncentrát 0,2l, <b>9/Mix, 9/4Mx</b> Pol.krúpová diétna 0,3l (9)Rybie filé v cestíčku 130g (1, 3, 4, 7), Zemiaky varené 200g, Cvikla 70g, Nápoj dia 0,2l,	<b>3/Mix, 4/Mix, 9/Mix, 9/4Mx</b> Zemiakový trojuholník 60g (1)	<b>3/Mix, 4/Mix</b> Kukuričná kaša 300g (7), Ovocný čaj 0,20l <b>9/Mix, 9/4Mx</b> Kukuričná kaša dia 300g (7), Ovocný čaj dia 0,2l	<b>9/Mix, 9/4Mx</b> Rohlík graham 1ks (1, 7), Syr tavený 15,6g/1ks (7)
<b>St 8.7.</b>	<b>3/Mix, 4/Mix</b> Ovocný čaj 0,20l, Nátierkové maslo 40g (7), Chlieb 75g (1, 7), Paradajka 1/2 ks <b>9/Mix, 9/4Mx</b> Ovocný čaj dia 0,2l, Nátierkové maslo 40g (7), Chlieb celozrnný 75g (1, 7), Paradajka 1/2 ks	<b>3/Mix, 4/Mix, 9/Mix, 9/4Mx</b> Jablko	<b>3/Mix, 4/Mix</b> Pol.hrášk.krém.so závark.0,3l (1, 7), Brav.kuchta roštenka 185g (1, 3), Ryža dusená 160g, Uhorky kyslé 33g, Nápoj koncentrát 0,2l <b>9/Mix 9/4Mx</b> Pol.hrášk.krém.so závark.0,3l (1, 7), Brav.kuchta roštenka dia 185g (1, 3), Ryža dusená 120g, Uhorky kyslé dia 33g, Nápoj dia 0,2l	<b>3/Mix, 4/Mix, 9/Mix, 9/4Mx</b> Keks 1ks (1) <b>9/Mix, 9/4Mx</b> Keks dia 1ks (1)	<b>3/Mix, 4/Mix</b> Chlieb 100g (1, 7), Pena šunková 100g, Paradajka 1/2 ks, Ovocný čaj 0,20l <b>9/Mix, 9/4Mx</b> Chlieb celozrnný 100g (1, 7), Pena šunková 100g, Paradajka 1/2 ks, Ovocný čaj dia 0,2l	<b>9/Mix, 9/4Mx</b> Chlieb celozrnný 50g (1, 7), Maslo porcované 20g 1ks (7)
<b>Št 9.7.</b>	<b>3/Mix, 4/Mix</b> Ovocný čaj 0,20l, Káva biela 0,2l (7), Rohlík 2ks/100g (1), Paštéta 48g <b>9/Mix, 9/4Mx</b> Ovocný čaj dia 0,2l, Káva biela dia 0,2l (7), Rohlík graham 2ks (1), Paštéta 48g	<b>3/Mix, 4/Mix, 9/Mix, 9/4Mx</b> Ovocné pyré	<b>3/Mix, 4/Mix</b> Pol.fazuľ.s mäsom diétna 0,3l (1), Chlieb 50g (1, 7), Náryp tvarohový 340g (1, 3, 7, 12), Minerálna voda 0,2l <b>9/Mix, 9/4Mx</b> Pol.fazuľ.s mäsom diétna 0,3l (1), Chlieb celozrnný 50g (1, 7), Náryp tvarohový dia 340g (1, 3, 7, 12), Minerálna voda 0,2l	<b>3/Mix, 4/Mix, 9/Mix, 9/4Mx</b> Nanuk 1ks (7)	<b>3/Mix</b> Kurací paprikáš 300g (1), Chlieb 50g (1, 7), Ovocný čaj 0,20l <b>4/Mix</b> Kurací paprikáš diétny 300g (1, 7), Chlieb 50g (1, 7), Ovocný čaj 0,20l <b>9/Mix</b> Kurací paprikáš 300g (1), Chlieb celozrnný 50g (1, 7), Ovocný čaj dia 0,2l <b>9/4Mx</b> Kurací paprikáš diétny 300g (1, 7), Chlieb celozrnný 50g (1, 7), Ovocný čaj dia 0,2l	<b>9/Mix, 9/4Mx</b> Jogurt ovocný dia 1ks (7)
<b>Pi 10.7.</b>	<b>3/Mix, 4/Mix</b> Ovocný čaj 0,20l, Brioška 90g (1), Maslo porcované 20g 1ks (7), Džem porcovaný 20g/1ks <b>9/Mix, 9/4Mx</b> Ovocný čaj dia 0,2l, Chlieb celozrnný 75g (1, 7), Maslo porcované 20g 1ks (7), Džem porcovaný dia 20g/1ks	<b>3/Mix, 4/Mix</b> Jogurt ochutený 1ks (7) <b>9/Mix, 9/4Mx</b> Jogurt ovocný dia 1ks (7)	<b>3/Mix, 4/Mix</b> Pol.zelen.s cestovinou 0,3l (1, 9), Kuracie stehno pečené 180g (7), Zemiakové pyré 200g (7), Kompót 100g, Nápoj koncentrát 0,2l <b>9/Mix, 9/4Mx</b> Pol.zelen.s cestovinou 0,3l (1, 9), Kuracie stehno pečené 180g (7), Zemiakové pyré 200g (7), Kompót dia 100g, Nápoj dia 0,2l	<b>3/Mix, 4/Mix, 9/Mix, 9/4Mx</b> Melón vodový 350g	<b>3/Mix, 4/Mix</b> Cestoviny zapek.so salám.300g (1, 3, 7), Uhorky kyslé 33g, Ovocný čaj 0,20l <b>9/Mix, 9/4Mx</b> Cestoviny zapek.so salám.300g (1, 3, 7), Uhorky kyslé dia 33g, Ovocný čaj dia 0,2l	<b>9/Mix</b> Rohlík graham 1ks (1, 7), Maslo porcované 20g 1ks (7)

Deň	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
<b>So</b> <b>11.7.</b>	<b>3/Mix, 4/Mix</b> Ovocný čaj 0,20l, Nátierka rybacia 40g (4, 7, 10), Chlieb 75g (1, 7), Red'kovka biela 40g <b>9/Mix, 9/4Mx</b> Ovocný čaj dia 0,2l, Nátierka rybacia 40g (4, 7, 10), Chlieb celozrnný 75g (1, 7), Red'kovka biela 40g	<b>3/Mix, 4/Mix, 9/Mix</b> Nektarinka	<b>3/Mix, 4/Mix</b> Pol.zemiak.so strúh.cestom 0,3 (1, 3, 9), Cestoviny s boloňskou omáčkou 380g (1, 7), Nápoj koncentrát 0,2l <b>9/Mix, 9/4Mx</b> Pol.zemiak.so strúh.cestom 0,3 (1, 3, 9), Cestoviny s boloňskou omáčkou 380g (1, 7), Nápoj dia 0,2l	<b>3/Mix, 4/Mix</b> Pribináčik 1ks (7) <b>9/Mix, 9/4Mx</b> Jogurt biely 1ks (7)	<b>3/Mix, 4/Mix</b> Mozoček zeleninový 300g (3), Chlieb 50g (1, 7), Ovocný čaj 0,20l <b>9/Mix, 9/4Mx</b> Mozoček zeleninový 300g (3), Chlieb celozrnný 50g (1, 7), Ovocný čaj dia 0,2l	<b>9/Mix, 9/4Mx</b> Chlieb celozrnný 50g (1, 7), Maslo porcované 20g 1ks (7), Džem porcovaný dia 20g/1ks
<b>Ne</b> <b>12.7.</b>	<b>3/Mix, 4/Mix</b> Ovocný čaj 0,20l, Praženica diéty 105g (3, 7), Chlieb 100g (1, 7), Káva čierna 0,2l, Kečup 30g <b>9/Mix, 9/4Mx</b> Ovocný čaj dia 0,2l, Chlieb celozrnný 100g (1, 7), Praženica diéty 105g (3, 7), Káva čierna dia 0,2l, Kečup 30g	<b>3/Mix, 4/Mix, 9/Mix, 9/4Mx</b> Banán	<b>3/Mix, 4/Mix</b> Mäsový vývar s cestovinou 0,3l (1, 3, 9), Ryža dusená 160g, Kur.prsia zapeč.so syrom 130g (1, 7), Kompót 100g, Minerálna voda 0,2l <b>9/Mix, 9/4Mx</b> Mäsový vývar s cestovinou 0,3l (1, 3, 9), Ryža dusená 120g, Kur.prsia zapeč.so syrom 160g (7), Kompót dia 100g, Minerálna voda 0,2l	<b>3/Mix, 4/Mix, 9/Mix, 9/4Mx</b> Múčnik 50g (1, 3, 7)	<b>3/Mix, 4/Mix</b> Chlieb 100g (1, 7), Syr tavený črievko 100g/1ks (7), Paradajka 1/2 ks, Ovocný čaj 0,20l <b>9/Mix, 9/4Mx</b> Chlieb celozrnný 100g (1, 7), Syr tavený črievko 100g/1ks (7), Paradajka 1/2 ks, Ovocný čaj dia 0,2l	<b>9/Mix, 9/4Mx</b> Grapefruit

Zmena jedálneho lístka je vyhradená. Jedlá, obsahujúce zložky alergénu sú označené číslom, bližšie informácie u vedúcej prevádzky.

Lekár: .....

Vedúca str. prevádzky..... Zodpovedný kuchár:.....

Riaditeľka: .....

Hlavná sestra: .....

Predseda samosprávy/Člen strav.komisie:

.....