JEDÁLNY LÍSTOK NA OBDOBIE OD 9. 11. 2026 DO 15. 11. 2026 Mixovaná strava diéty Racionálna, Šetriaca, Diabetická

Deň	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
Po 9.11.	**3/Mix** Ovocný čaj 0,20l Chlieb 75g (1, 7) Maslo čerstvé 20g (7) Saláma jemná 30g Paradajka 1/2 ks **9/Mix, 9/4Mx** Ovocný čaj dia 0,2l Chlieb celozrnný 75g (1, 7) Maslo čerstvé 20g (7) Saláma jemná 30g Paradajka 1/2 ks	**3/Mix, 9/Mix, 9/4Mx** Jablko	**3/Mix** Pol.kosťová s krup.halušk.0,3l (1, 3, 9) Halušky s tvarohom-310gr (1, 3, 7) Nápoj koncentrát 0,2l **9/Mix, 9/4Mx** Pol.kosťová s krup.halušk.0,3l (1, 3, 9) Halušky s tvarohom-310gr (1, 3, 7) Nápoj dia 0,2l	**3/Mix** Keks 1ks (1) **9/Mix, 9/4Mx** Keks dia 1ks (1)	**3/Mix** Párky obyč.varené 180g Horčica 20g (10) Chlieb 50g (1, 7) Ovocný čaj 0,20l **9/Mix,9/4Mx** Párky obyč.varené 180g Horčica 20g (10)/ Kečup 30g Chlieb celozrnný 50g (1, 7) Ovocný čaj dia 0,2l	**9/Mix, 9/4Mx** Šalát mrkvový s ananásom dia 105g
Ut 10.11.	**3/Mix** Ovocný čaj 0,20l Mlieko banánové 0,2l (7) Chlieb 75g (1, 7) Saláma šunková 50g Maslo porcované 20g 1ks (7) **9/Mix, 9/4Mx** Ovocný čaj dia 0,2l Mlieko 0,2l (7) Chlieb celozrnný 75g (1, 7) Saláma šunková 50g Maslo porcované 20g 1ks (7)	**3/Mix, 9/Mix, 9/4Mx** Mandarinka	**3/Mix** Pol.brokol.so závarkou 0,3l (1, 7) Rybie filé vyprážané 130g (1, 3, 4) Šalát zemiak.s hráškom 280g Nápoj koncentrát 0,2l **9/Mix, 9/4Mx** Pol.brokol.so závarkou 0,3l (1, 7) Rybie filé vyprážané 130g (1, 3, 4) Zemiak.šalát s cibuľou 280g (10) Nápoj dia 0,2l	**3/Mix, 9/Mix, 9/4Mx** Zemiakový trojuholník 60g (1)	**3/Mix** Kaša krupicová 300g (1, 7) Ovocný čaj 0,20l **9/Mix, 9/4Mx** Kaša krupicová dia 300g (1, 7) Ovocný čaj dia 0,2l	**9/Mix, 9/4Mx** Rohlík graham 1ks (1, 7) Paštéta 48g
St 11.11.	**3/Mix** Ovocný čaj 0,20l Chlieb 75g (1, 7) Nátierka paštétová 40g (7) **9/Mix, 9/4Mx** Ovocný čaj dia 0,2l Chlieb celozrnný 75g (1, 7) Nátierka paštétová 40g (7)	**3/Mix, 9/Mix, 9/4Mx** Banán 1ks/100g	**3/Mix** Pol.pórová so zemiakmi 0,3l (1, 7) Cestoviny 200g (1) Perkelt z kurac.stehien 215g (1, 7) Uhorky kyslé 33g Nápoj koncentrát 0,2l **9/Mix, 9/4Mx** Pol.pórová so zemiakmi 0,3l (1, 7) Cestoviny 160 g (1) Perkelt z kurac.stehien dia 215g (1, 7) Uhorky kyslé dia 33g Nápoj dia 0,2l	**3/Mix** Termix (7) **9/Mix, 9/4Mx** Jogurt sójový bez prid.cukru (6)	**3/Mix 9/Mix** **9/4Mx** Saláma jemná 100g Maslo porcované 20g 1ks (7) Syr plátkový 2ks Chlieb 100g (1, 7) Paradajka1/2ks Ovocný čaj 0,20l/ Ovocný čaj dia 0,2l	**9/Mix, 9/4Mx** Chlieb celozrnný 50g (1, 7) Maslo porcované 20g 1ks (7) Džem porcovaný dia 20g/1ks
Št 12.11.	**3/Mix** Ovocný čaj 0,20l Káva biela 0,2l (7) Rohlík 2ks/100g (1) Paštéta 48g Paradajka 1/2 ks **9/Mix, 9/4Mx** Ovocný čaj dia 0,2l Káva biela dia 0,2l (7) Rohlík graham 2ks (1) Paštéta 48g Paradajka 1/2 ks	**3/Mix, 9/Mix, 9/4Mx** Jablko	**3/Mix** Pol.ragú s krupic.halušk.0,3l (1, 3, 7, 9) Knedlíky slivk.so strúhan.300g (1, 7) Minerálna voda 0,2l **9/Mix, 9/4Mx** Pol.ragú s krupic.halušk.0,3l (1, 3, 7, 9) Knedlíky sliv.so str.dia 300g (1, 7) Minerálna voda 0,2l	**3/Mix** Detská výživa 1ks/190g **9/Mix, 9/4Mx** Detská výživa dia 1ks/190g	**3/Mix** Jemné pyré z červenej šošovice 200g Párok bratislavský 60g/1ks Chlieb 50g (1, 7) Ovocný čaj 0,20l **9/Mix, 9/4Mx** Jemné pyré z červenej šošovice 200g Párok bratislavský 60g/1ks Chlieb celozrnný 50g (1, 7) Ovocný čaj dia 0,2l	**9/Mix, 9/4Mx** Grapefruit

Deň	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
Pi 13.11.	**3/Mix** Ovocný čaj 0,20l Kakao 0,2l (7) Chlieb 75g (1, 7) Nátierka tvarohová 40g (7) **9/Mix, 9/4Mx** Ovocný čaj dia 0,2l Kakao dia 0,2l (7) Chlieb celozrnný 75g (1, 7) Nátierka tvarohová 40g (7)	**3/Mix, 9/Mix, 9/4Mx** Pomaranč	**3/Mix** Pol.kaler.so strúh.cestom 0,3l (1, 3) Ryža dusená 160g Brav.kuchta roštenka 185g (1, 3) Uhorky kyslé 33g Nápoj koncentrát 0,2l **9/Mix, 9/4Mx** Pol.kaler.so strúh.cestom 0,3l (1, 3) Ryža dusená 120g Brav.kuchta roštenka dia 185g (1, 3) Uhorky kyslé dia 33g Nápoj dia 0,2l	**3/Mix** Actimel ochutený 100ml/1ks (7) **9/Mix, 9/4Mx** Mliečny nápoj actimel bez cukru (7)	**3/Mix** Rezance s krupicou 250g (1, 7) Ovocný čaj 0,20l **9/Mix, 9/4Mx** Rezance s krupic dia 250g (1, 7) Ovocný čaj dia 0,2l	**9/Mix, 9/4Mx** Chlieb celozrnný 50g (1, 7) Saláma jemná 30g
So 14.11.	**3/Mix** Ovocný čaj 0,20l Nátierka rybacia 40g (4, 7, 10) Chlieb 75g (1, 7) Paradajka 1/2 ks **9/Mix, 9/4Mx** Ovocný čaj dia 0,2l Nátierka rybacia 40g (4, 7, 10) Chlieb celozrnný 75g (1, 7) Paradajka 1/2 ks	**3/Mix, 9/Mix, 9/4Mx** Jablko	**3/Mix** Pol.brokol.s cestov. 0,3l (1, 9) Zemiaky varené 200g Hydinový karbonátok 120g (1, 3, 7) Cvikla 70g Nápoj koncentrát 0,2l **9/Mix, 9/4Mx** Pol.brokol.s cestov. 0,3l (1, 9) Zemiaky varené 200g Hydinový karbonátok 120g (1, 3, 7) Cvikla 70g Nápoj dia 0,2l	**3/Mix** Puding s piškótami 120g (7) **9/Mix, 9/4Mx** Puding s piškótami dia 120g (7)	**3/Mix** Granadír 320g (1) Uhorky kyslé dia 33g Ovocný čaj 0,20l **9/Mix, 9/4Mx** Granadír 320g (1) Uhorky kyslé dia 33g Ovocný čaj dia 0,2l	**9/Mix, 9/4Mx** Tekvica pečená 200g
Ne 15.11.	**3/Mix** Ovocný čaj 0,20l Káva čierna 0,2l Vianočka 100g (1) Maslo čerstvé 20g (7) **9/Mix, 9/4Mx** Ovocný čaj dia 0,2l Káva čierna dia 0,2l Maslo čerstvé 20g (7) Džem dia 30g Chlieb celozrnný 100g (1, 7)	**3/Mix, 9/Mix, 9/4Mx** Banán	**3/Mix** Pol.slepačia 0,3l (1, 3, 9) Morčacie prsia vyp v cestíčku 130g (1, 3, 7) Kompót 100g Zemiakové pyré 250g (7) Minerálna voda 0,2l **9/Mix, 9/4Mx** Pol.slepačia 0,3l (1, 3, 9) Zemiakové pyré 200g (7) Morčacie prsia vyp v cestíčku 150g (1, 3, 7) Kompót dia 100g Minerálna voda 0,2l	**3/Mix** Cuketový koláč s čokopolevou (1, 3, 7) **9/Mix, 9/4Mx** Cuketový koláč dia (1, 3)	**3/Mix** Syr tavený črievko 100g/1ks (7) Chlieb 100g (1, 7) Paradajka 1/2 ks Ovocný čaj 0,20l **9/Mix, 9/4Mx** Syr tavený črievko 100g/1ks (7) Chlieb celozrnný 100g (1, 7) Paradajka 1/2 ks Ovocný čaj dia 0,2l	**9/Mix, 9/4Mx** 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:
.....