JEDÁLNY LÍSTOK NA OBDOBIE OD 16. 11. 2026 DO 22. 11. 2026 Mixovaná strava diéty Racionálna, šetriaca, Diabetická

Deň	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
Po 16.11.	**3/Mix** Ovocný čaj 0,20l Mlieko 0,2l (7) Chlieb 75g (1, 7) Nátier z kur.nárezu 40g (7, 10) Paradajka 1/2 ks **9/Mix, 9/4Mx** Ovocný čaj dia 0,2l Mlieko 0,2l (7) Nátier z kur.nárezu 40g (7, 10) Chlieb celozrnný 75g (1, 7) Paradajka 1/2 ks	**3/Mix** Jogurt ochutený 1ks (7) **9/Mix, 9/4Mx** Jogurt ovocný dia 1ks (7)	**3/Mix** Pol.zelen.s cestovinou 0,3l (1, 9) Bravč.mäso na paradajkách 164g (1) Ryža dusená 160g Nápoj koncentrát 0,2l **9/Mix, 9/4Mx** Pol.zelen.s cestovinou 0,3l (1, 9) Bravč.mäso na paradajkách 164g (1) Ryža dusená 160g Nápoj dia 0,2l	**3/Mix, 9/Mix, 9/4Mx** Jablko	**3/Mix** Zemiaky s maslom a tvaroh.270g (7) Ovocný čaj 0,20l **9/Mix, 9/4Mx** Zemiaky s maslom a tvaroh.270g (7) Ovocný čaj dia 0,2l	**9/Mix, 9/4Mx** Rohlík graham 1ks (1, 7) Maslo porcované 20g 1ks (7) Saláma jemná 30g
Ut 17.11.	**3/Mix** Ovocný čaj 0,20l Saláma jemná 50g Maslo porcované 20g 1ks (7) Chlieb 75g (1, 7) Paradajka 1/2 ks **9/Mix, 9/4Mx** Ovocný čaj dia 0,2l Saláma jemná 50g Maslo porcované 20g 1ks (7) Chlieb celozrnný 75g (1, 7) Paradajka 1/2 ks	**3/Mix, 9/Mix, 9/4Mx** Mandarinka	**3/Mix** Pol.fazuľk.so strúh.cestom 0,3 (1, 3, 9) Knedle žemlové 160g (1, 3, 7) Moravský vrabec so špenát 253g (1, 3, 7) Nápoj koncentrát 0,2l **9/Mix, 9/4Mx** Pol.fazuľk.so strúh.cestom 0,3 (1, 3, 9) Knedle žemlové 160g (1, 3, 7) Moravský vrabec so špenát 253g (1, 3, 7) Nápoj dia 0,2l	**3/Mix, 9/Mix, 9/4Mx** Pagáč 80g/1ks (1)	**3/Mix** Kaša ryžová 300g (7) Ovocný čaj 0,20l **9/Mix, 9/4Mx** Kaša ryžová dia 300g (7) Ovocný čaj dia 0,2l	**9/Mix, 9/4Mx** Rohlík graham 1ks (1, 7) Syr tavený 15,6g/1ks (7)
St 18.11.	**3/Mix** Ovocný čaj 0,20l Kakao 0,2l (7) Nátierka tuniaková 40g (4, 7) Chlieb 75g (1, 7) **9/Mix, 9/4Mx** Ovocný čaj dia 0,2l Kakao dia 0,2l (7) Nátierka tuniaková 40g (4, 7) Chlieb celozrnný 75g (1, 7)	**3/Mix, 9/Mix, 9/4Mx** Banán	**3/Mix** Pol.kaler.so strúh.cestom 0,3l (1, 3) Zemiaky varené 200g Kuracie prsia na masle 133g (1, 7) Uhorky kyslé 33g Nápoj koncentrát 0,2l **9/Mix, 9/4Mx** Pol.kaler.so strúh.cestom 0,3l (1, 3) Zemiaky varené 150g Kuracie prsia na masle 165g (1, 7) Uhorky kyslé dia 33g Nápoj dia 0,2l	**3/Mix** Keks 1ks (1) **9/Mix, 9/4Mx** Keks dia 1ks (1)	**3/Mix** Chlieb 100g (1, 7) Pena šunková 100g Paradajka 1/2 ks Ovocný čaj 0,20l **9/Mix, 9/4Mx** Pena šunková 100g Paradajka 1/2 ks Chlieb celozrnný 100g (1, 7) Ovocný čaj dia 0,2l	**9/Mix, 9/4Mx** Jogurt biely 1ks (7)
Št 19.11.	**3/Mix** Ovocný čaj 0,20l Rohlík 2ks/100g (1) Paštéta 48g Reďkovka biela 40g **9/Mix, 9/4Mx** Ovocný čaj dia 0,2l Rohlík graham 2ks (1) Paštéta 48g Reďkovka biela 40g	**3/Mix, 9/Mix, 9/4Mx** Jablko	**3/Mix** Pol.slepačia desiat.0,3l (1, 3, 9) Nákyp ryžový s kompótom 320g (3, 7, 12) Minerálna voda 0,2l **9/Mix, 9/4Mx** Pol.slepačia desiat.0,3l (1, 3, 9) Nákyp ryžový s komp.dia 320g (3, 7) Minerálna voda 0,2l	**3/Mix** Acidko ochutené 250ml/1ks (7) **9/Mix, 9/4Mx** Acidko biele 250ml/1ks (7)	**3/Mix** Praženica diéty 157g (3, 7) Chlieb 50g (1, 7) Ovocný čaj 0,20l **9/Mix, 9/4Mx** Praženica diéty 157g (3, 7) Chlieb celozrnný 50g (1, 7) Ovocný čaj dia 0,2l	**9/Mix, 9/4Mx** Grapefruit

Deň	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
Pi 20.11.	**3/Mix** Ovocný čaj 0,20l Chlieb 75g (1, 7) Nátier budapeštian diéty 40g (7) **9/Mix, 9/4Mx** Ovocný čaj dia 0,2l Chlieb celozrnný 75g (Obsahuje: 1, 7) Nátier budapeštian diéty 40g (7)	**3/Mix** Pomaranč **9/Mix, 9/4Mx** Čučoriedky	**3/Mix** Pol. tekvicová krémová 0,25l (7) Brav.karé na prírodno 140g (1) Ryža dusená 160g Uhorky kyslé 33g Nápoj koncentrát 0,2l **9/Mix, 9/4Mx** Pol. tekvicová krémová 0,25l (7) Brav.karé na prírodno 160g (1) Ryža dusená 120g Uhorky kyslé dia 33g Nápoj dia 0,2l	**3/Mix** Detská výživa 1ks/190g **9/Mix, 9/4Mx** Detská výživa dia 1ks/190g	**3/Mix** Prívarok hráškový 200g (1, 7) Varené vajíčko 1ks (3) Chlieb 50g (1, 7) Ovocný čaj 0,20l **9/Mix, 9/4Mx** Prívarok hráškový 200g (1, 7) Varené vajíčko 1ks (3) Chlieb celozrnný 50g (1, 7) Ovocný čaj dia 0,2l	**9/Mix, 9/4Mx** Chlieb celozrnný 50g (1, 7) Maslo porcované 20g 1ks (7)
So 21.11.	**3/Mix** Ovocný čaj 0,20l Káva biela 0,2l (7) Chlieb 75g (1, 7) Nátierka salámová 40g (7, 10) Paradajka 1/2 ks **9/Mix, 9/4Mx** Ovocný čaj dia 0,2l Káva biela dia 0,2l (7) Chlieb celozrnný 75g (1, 7) Nátierka salámová 40g (7, 10) Paradajka 1/2 ks	**3/Mix, 9/Mix, 9/4Mx** Jablko	**3/Mix** Pol.karfiol.s krup.haluš. 0,3l (1, 3) Cestoviny so syrovou omáčkou a kuracími prsiami 338gg (1, 7) Nápoj koncentrát 0,2l **9/Mix, 9/4Mx** Pol.karfiol.s krup.haluš. 0,3l (1, 3) Cestoviny so syrovou omáčkou a kuracími prsiami 338gg (1, 7) Nápoj dia 0,2l	**3/Mix, 9/Mix, 9/4Mx** Zemiakový trojuholník 60g (1)	**3/Mix** Rezance s kak.posýpkou 250g (1, 7) Ovocný čaj 0,20l **9/Mix, 9/4Mx** Rezance s kak.posýp.dia 250g (1, 7) Ovocný čaj dia 0,2l	**9/Mix, 9/4Mx** Rohlík graham 1ks (1, 7) Maslo porcované 20g 1ks (7)
Ne 22.11.	**3/Mix** Ovocný čaj 0,20l Káva čierna 0,2l Praženica diéty 105g (3, 7) Chlieb 100g (1, 7) **9/Mix, 9/4Mx** Ovocný čaj dia 0,2l Káva čierna dia 0,2l Praženica diéty 105g (3, 7) Chlieb celozrnný 100g (1, 7)	**3/Mix, 9/Mix, 9/4Mx** Banán	**3/Mix** Pol.hov.s mäsom a cestov.0,3l (1, 3, 9) Kuracie prsia vyprážané 120g (1, 3) Zemiakové pyré 250g (7) Kompót 100g Minerálna voda 0,2l **9/Mix, 9/4Mx** Pol.hov.s mäsom a cestov.0,3l (1, 3, 9) Zemiakové pyré 200g (7) Kuracie prsia vyprážané 150g (1, 3) Kompót dia 100g Minerálna voda 0,2l	**3/Mix** Bublanina ovocná 100g (1, 3) **9/Mix, 9/4Mx** Bublanina ovocná dia 100g (1, 3)	**3/Mix** Nátierka rybacia 60g (4, 7, 10) Chlieb 100g (1, 7) Paradajka 1/2 ks Ovocný čaj 0,20l **9/Mix, 9/4Mx** Nátierka rybacia 60g (4, 7, 10) 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:
.....