

JEDÁLNY LÍSTOK od 09.03.2026 do 15.03.2026					
Dát.	Deň		Diéta č. 3 racionálna	Diéta č. 9 - diabetická	Diéta č. 4 - šetriaca
9.3.2026	PONDELOK	Raňajky	100g Chlieb vo vajci, 1,3, čaj bylinkový 200ml	100g Chlieb vo vajci, 1,3, čaj bylinkový 200ml dia	100g Chlieb vo vajci, 1,3, čaj bylinkový 200ml
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Francúzska s pestom 150g Bravčové stehno na horčici s opraženou tarhoňou	Francúzska s pestom 150g Bravčové stehno na horčici s opraženou tarhoňou	Slepačí vývar s rezancami a zeleninou 150g Bravčové stehno na horčici s opraženou tarhoňou
		Olovrant	keks1, 3,7	keks dia 1,3,7	keks 1,3,7
		Večera	120g Kuracie na kari s ananásom a dusenou ryžou	120g Kuracie na kari s ananásom a dusenou ryžou	120g Kuracie na kari s ananásom a dusenou ryžou
		II Večera			
10.3.2026	UTOROK	Raňajky	2ks rožky, paštéka,1,3 200ml čaj	2ks rožky, paštéka,1,3 200ml čaj	2ks rožky, paštéka,1,3 200ml čaj
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Šošovicová na kyslo (chlieb) 450g Hrachová kaša s vareným údeným bravčovým stehnom, chlieb	Šošovicová na kyslo (chlieb) 450g Hrachová kaša s vareným údeným bravčovým stehnom, chlieb	Slepačí vývar s rezancami a zeleninou 150g Prírodný bravčový plátok z karé ½ dusená ryža ½ opekané zemiaky
		Olovrant	jogurt ovocný 7	jogurt biely 7	jogurt biely 7
		Večera	120g Kurací steak, kúpeľná zelenina, varené zemiaky	120g Kurací steak, kúpeľná zelenina, varené zemiaky	120g Kurací steak, kúpeľná zelenina, varené zemiaky
		II Večera			
11.3.2026	STREDA	Raňajky	100g chlieb s natierkovým maslom a zeleninou 1,7 biela káva 200ml	100g chlieb s natierkovým maslom a zeleninou 1,7 biela káva 200ml dia	100g chlieb s rastl.maslom a zeleninou 1,7 biela káva 200ml
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Nemecká zemiaková s klobáskou (chlieb) 150g Bravčový pliecko na gulášovej šťave so zemiakovou kašou	Nemecká zemiaková s klobáskou (chlieb) 350g Pečené kuracie stehno s dusenou ryžou a slivkovým kompótom	Slepačí vývar s rezancami a zeleninou 350g Pečené kuracie stehno s dusenou ryžou a slivkovým kompótom
		Olovrant	plnený kroasant s nutelou 1,3,7	kroasant bez plnky 1,3,7	kroasant bez plnky 1,3,7
		Večera	2k chlieb, maslo, zelenina	2k chlieb, maslo, zelenina	2k chlieb, maslo, zelenina
		II Večera			
12.3.2026	ŠTVRTOK	Raňajky	100g chlieb 1,3 kuracia tlačienka 2ks, čaj 200ml	100g chlieb 1,3 kuracia tlačienka 2ks, čaj 200ml	100g chlieb 1,3 kuracia tlačienka 2ks, čaj 200ml
		Desiata	termix 7	termix 7	termix 7
		Obed	Kelová s párkom a zemiakmi (chlieb) 150g Hovädzie čevapčiči s čerstvou cibuľkou a horčicou, zemiaková kaša	Kelová s párkom a zemiakmi (chlieb) 150g Hovädzie čevapčiči s čerstvou cibuľkou a horčicou, zemiaková kaša	Slepačí vývar s rezancami a zeleninou 150g Bravčové stehno po námornícky s parenou knedľou
		Olovrant	perník 1,3	perník 1,3	perník 1,3
		Večera	1ks makovka, maslo	1ks makovka, maslo	1ks makovka, maslo
		II Večera			
13.3.2026	PIATOK	Raňajky	1 cesnakový rožok so syrom , čaj čierny s citrónom 200ml 1,3	1 cesnakový rožok so syrom , čaj čierny s citrónom 200ml dia 1,3	1 cesnakový rožok , čaj čierny s citrónom 200ml 1,3
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	Slepačí vývar s rezancami a zeleninou 450g Domáca žemľovka s tvarohom, hrozienkami a škoricovými jablkami	Slepačí vývar s rezancami a zeleninou 150g Vyprážaný kurací rezeň so štuchanými zemiakmi s cibuľkou, šalátik	Slepačí vývar s rezancami a zeleninou 450g Domáca žemľovka s tvarohom, hrozienkami a škoricovými jablkami
		Olovrant	jogurt ovocný 7	jogurt biely	jogurt biely 7
		Večera	120g Zeleninový karbonátok, varené zemiaky, tatárska omáčka	120g Zeleninový karbonátok, varené zemiaky, tatárska omáčka	120g Zeleninový karbonátok, varené zemiaky, tatárska omáčka
		II Večera			
		Raňajky	sladké pečivo 1ks, 200ml čaj	raňajk. pečivo 1ks, čaj 200ml dia	sladké pečivo 1ks, 200ml čaj

14.3.2026	SOBOTA	Desiata	štrúdľa 1,3,7	štrúdľa 1,3,7	štrúdľa 1,3,7
		Obed	Zeleninová 150g Bratislavské bravčové pliecko s opraženou tarhoňou	Zeleninová 150g Bratislavské bravčové pliecko s opraženou tarhoňou	Zeleninová 350g Vyprážené obaľované kuracie krídla s varenými maslovými zemiakmi
		Olovrant	ovocie	ovocie	ovocie
		Večera	2ks rožok so šunkou	2ks rožok so šunkou	2ks rožok so šunkou
		II Večera			
15.3.2026	NEDEĽA	Raňajky	2 ks párky, 100g chlieb horčica, kečup, 1 200ml čaj	2 ks párky, 100g chlieb horčica, kečup 1, 200ml čaj dia	2 ks párky, 100g chlieb horčica, kečup, 1 200ml čaj
		Desiata	puding čokoládový 7	puding čokoládový dia 7	puding čokoládový 7
		Obed	Slepačí vývar s rezancami a zeleninou 450g Hovädzie stehno dusené na keli s varenými zemiakmi	Slepačí vývar s rezancami a zeleninou 450g Hovädzie stehno dusené na keli s varenými zemiakmi	Slepačí vývar s rezancami a zeleninou 150g Kuracie rezne v kukuričných lupienkoch s varenými zemiakmi a tatárskou omáčkou
		Olovrant	múčnik 40g 1,3,7	múčnik 40g 1,3,7	múčnik 40g 1,3,7
		Večera	2ks chlieb, pomazánka	2ks chlieb, pomazánka	2ks chlieb, pomazánka
		II Večera			
Alergény: 1- obilniny, lepok, 2- kôrovce a výrobky z nich, 3- vajcia výrobky z nich, 4- ryby a výrobky z nich, 5-arašidy a výrobky z nich, 6-sójové zrná a výrobky z nich, 7- mlieko a výrobky z neho, 8- orechy, 9- zeler, 10- horčica, 11- sezamové semená , 12- oxid siričitý av koncentráciách vyšších ako 10mb/kg alebo 10ml/l, 13. vlčí bôb, 14- mäkkýše					