

## JEDÁLNY LÍSTOK od 16.5.2022 do 22.5.2022 ARCHA

Dátum	Deň		diéta č. 3 - racionálna	diéta č. 9 - diabetická	diéta č.4 - šetriaca
pondelok, 16. máj 2022	PONDELOK	Raňajky	100g chlieb,50g oškvarková nát.,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,50g oškvarková nát.,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,50g šunka,maslo,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie 1ks	ovocie 1ks	ovocie 1ks
		Obed	polievka pórová 3dcl,bravč.znojemske,slov.rýža/100g/200g/Sk/	polievka pórová 3dcl,bravč.znojemske,slov.rýža/100g/200g/Sk/	polievka pórová 3dcl,bravč.znojemske,slov.rýža/100g/200g/Sk/
		Olovrant	napolitánka 1 ks/1,3,7	dia napolitánka 1 ks/1,3,7	napolitánka 1 ks/1,3,7
		Večera	krupicové rezance slané/300g/1,3	krupicové rezance slané/300g/1,3	krupicové rezance slané/300g/1,3
		II Večera		50g chlieb bevit,jogurt/1,3,7	
utorok, 17. máj 2022	UTOROK	Raňajky	100g chlieb,syr 1 ks,maslo 2 ks,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	50g chlieb,syr 1 ks,maslo 2 ks,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,syr 1 ks,maslo 2 ks,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie 1ks	ovocie 1ks	ovocie 1ks
		Obed	polievka špenátová 3dcl,kuracie kúsky,anglická zelenina,zemiaky/100g/200g/SK/1,3,7	polievka špenátová 3dcl,kuracie kúsky,anglická zelenina,zemiaky/100g/140g/SK/1,3,7	polievka špenátová 3dcl,kuracie kúsky,anglická zelenina,zemiaky/100g/200g/SK/1,3,7
		Olovrant	perník 1ks/1,3,7	dia perník 1ks/1,3,7	perník 1 ks /1,3,7
		Večera	lečo s vajcom,chlieb/300g/ 1,3,7	lečo s vajcom,chlieb/300g/ 1,3,7	zapekaná zelenina/300g/ 1,3,7
		II Večera		50g chlieb bevit,20g maslo/1,3,7	
streda, 18. máj 2022	STREDA	Raňajky	čaj 0,2 čaj,biela káva 0,2l,/makovka,nutelová nát/1,3,7	čaj 0,2 dia čaj,dia biela káva,2 ks grahamové rožky,1 ks maslo,1 ks džem dia/1,3,7	čaj 0,2 čaj,biela káva 0,2l,/makovka,nutelová nát/1,3,7
		Desiata	ovocie 1ks	ovocie 1ks	ovocie 1ks
		Obed	polievka zeleninová s cestovinou - segedin,knedla/100g/160g/1,3,7,/SK/	polievka zeleninová s cestovinou - segedin,knedla/100g/160g/1,3,7,/SK/	polievka zeleninová s cestovinou -dietny guláš,cestovina/100g/200g/1,3,7,/SK//
		Olovrant	olov.pečivo 1 ks /1,3,7	celozrnné olov.pečivo 1 ks /1,3,7	olov.pečivo 1 ks /1,3,7
		Večera	ryžová kaša s posýpkou/300g/1,3,7	dia ryžová kaša s posýpkou/300g/1,3,7	ryžová kaša s posýpkou/300g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb bevit,1ks paštika/1,3,7	
štvrtok, 19. máj 2022	ŠTVRTOK	Raňajky	100g chlieb,50g mäsová nátierka,50g uhorka,0,2l čaj/1,3,7	50g chlieb,50g mäsová nátierka,50g uhorka 0,2l diačaj/1,3,7	100g chlieb,50g eidam,maslo,0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	polievka paradajková -3dcl,mletý rezeň so syrom,zemiaky,šalát /100g/200g/60g/1,3,7	polievka paradajková -3dcl,mletý rezeň so syrom,zemiaky,šalát /100g/200g/60g/1,3,7	polievka paradajková -3dcl,mletý rezeň so syrom,zemiaky,šalát /100g/200g/60g/1,3,7
		Olovrant	detská výživa /1,3,7	dia detská výživa /1,3,7	detská výživa /1,3,7
		Večera	lúskový prívarok,vajce,chlieb/300g/	lúskový prívarok,vajce,chlieb/300g/	lúskový prívarok,vajce,chlieb/300g/
		II Večera		50g chlieb bevit,maslo/1,3,7	
piatok, 20. máj 2022	PIATOK	Raňajky	100g chlieb,50g tuniaková nát,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,50g tuniaková nát,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,50g tuniaková nát,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie 1ks	ovocie 1ks	ovocie 1ks
		Obed	polievka šošovicová 3dcl-ryžový náky/300g/1,3,7	polievka šošovicová 3dcl-ryžový náky/300g/1,3,7	polievka rascová s vajcom 3dcl-ryžový náky/300g/1,3,7
		Olovrant	jogurt 1 ks /1,3,7	dia jogurt/ 1 ks /1,3,7	jogurt 1 ks /1,3,7
		Večera	morčacie na zelenine,zemiaky /100g/200g/1,3,7/SK/	morčacie na zelenine,zemiaky /100g/200g/1,3,7/SK/	morčacie na zelenine,zemiaky /100g/200g/1,3,7/SK/
		II Večera		50g chlieb bevit,1ks tavený syr/1,3,7	
sobota, 21. máj 2022	SOBOTA	Raňajky	100g chlieb,párky,horčica,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,párky,horčica,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,párky,kečup,0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie 1ks	ovocie 1ks	ovocie 1ks
		Obed	polievka zemiaková -3dcl,bravčové na rasci,ryža/100g/200g/1,3,/SK/	polievka zemiaková -3dcl,bravčové na rasci,ryža/100g/200g/1,3,/SK/	polievka zemiaková -3dcl,bravčové na rasci,ryža/100g/200g/1,3,/SK/
		Olovrant	croissant 1 ks /1,3,7	dia croissant 1 ks /1,3,7	croissant 1 ks /1,3,7
		Večera	falošný guláš,chlieb/300g/1,3,7	falošný guláš,chlieb/300g/1,3,7	falošný guláš,chlieb/300g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb bevit,30g nátierkové maslo/1,3,7	
nedeľa, 22. máj 2022	NEDEĽA	Raňajky	kakao 0,2l,100g kakaový závin,čaj /1,3,7	dia kakao 0,2l, 2ks graham rohlík ,20g maslo,20g dia džem/1,3,7	kakao 0,2l,100g kakaový závin,čaj /1,3,7
		Desiata	ovocie 1ks	ovocie 1ks	ovocie 1ks
		Obed	polievka slepačia-3dcl,zapekané kuracie prsia s broskyňou,zemiaky/100g/200g/1,3,7/BR/	polievka slepačia-3dcl,zapekané kuracie prsia s broskyňou,zemiaky/100g/200g/1,3,7/BR/	polievka slepačia-3dcl,zapekané kuracie prsia s broskyňou,zemiaky/100g/200g/1,3,7/BR/
		Olovrant	zakusok 1ks/1,3,7	dia zakusok 1ks/1,3,7	zakusok 1ks/1,3,7
		Večera	100gchlieb,100g saláma ,maslo,redkovka 50g/1,3,7	100gchlieb,100g saláma ,maslo,redkovka 50g/1,3,7	100gchlieb,100g saláma ,maslo,redkovka 50g/1,3,7
		II Večera		chlieb bevit 50g,1ks syr/1,3,7	

1-obilniny obsahujúce lepek,2-kôrovce a výrobky z nich,3-vajcia a výrobky z nich,4-ryby a výrobky z nich,5-arašidy a výrobky z nich,6-sójové zrná a výrobky z nich,7-tofu syr/7-mlieko a výrobky z neho,8-orechy/mandle,lieskové orechy,vlašské orechy,kešu,pekanové orechy,para orechy,pistácie,makadamové orechy a queenslandské orechy/9-zeler,10-horčica,11-sézamové semená,12-oxid siričitý a siričitany v koncentráciách vyšších ako 10mb/kg alebo 10 ml/l,13-vlčí bôb,14-máčkyše