

JEDÁLNY LÍSTOK od 14.11.2022 do 20.11.2022 Archa

Dátum	Deň	diéta č. 3 - racionálna	diéta č. 9 - diabetická	diéta č.4 - šetriaca	
pondelok, 14. november 2022	PONDELOK	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 kalerábová 3dcl,bravčový paprikáš,cestovina/100g/200g/1,3,7-/SK/	polievka kalerábová 3dcl,bravčový paprikáš,cestovina/100g/200g/1,3,7-/SK/	polievka kalerábová 3dcl,bravčový paprikáš,cestovina/100g/200g/1,3,7-/SK/
		Olovrant	olov.pečivo, /1,3,7	olov.pečivo, /1,3,7	olov.pečivo /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,syr/1,3,7	
utorok, 15. november 2022	UTOROK	Raňajky	100g chlieb,50g salámová nát,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,50g salámová nát,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,50g salámová nát,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie 1ks	ovocie 1ks	ovocie 1ks
		Obed	polievka zelerová 3dcl-kuracie stroganov,ryža 100g/200g/1,3,7-/SK/	polievka zelerová 3dcl-kuracie stroganov,ryža 100g/200g/1,3,7-/SK/	polievka zelerová 3dcl-kuracie stroganov,ryža 100g/200g/1,3,7-/SK/
		Olovrant	perník /1,3,7	dia perník/1,3,7	perník /1,3,7
		Večera	boloňské cestoviny so syrom/300g/1,3,7	boloňské cestoviny so syrom/300g/1,3,7	boloňské cestoviny so syrom/300g/1,3,7
				50g chlieb bevit,syr ks/1,3,7	
streda, 16. november 2022	STREDA	Raňajky	100g chlieb,50g oškvarková nát,50g paradajka,čaj /1,3,7	100g chlieb,50g oškvarková nát,50g paradajka,čaj /1,3,7	100g chlieb,syr 1 ks,maslo,50g paradajka,čaj /1,3,7
		Desiata	ovocie 1ks	ovocie 1ks	ovocie 1ks
		Obed	polievka hov.so zeleninou a cestovinou-3dcl,pečené kuracie stehno,dusená kapusta,knedľa/100g/160g/1,3,7-/SK/	polievka hov.so zeleninou a cestovinou-3dcl,pečené kuracie stehno,dusená kapusta,zemiaky/100g/200g/1,3,7-/SK/	polievka hov.so zeleninou a cestovinou-3dcl,pečené kuracie stehno,zemiaky/100g/200g/1,3,7-/SK/
		Olovrant	olov.pečivo 1ks/	celozrnné olov.pečivo 1ks/	olov.pečivo 1ks/
		Večera	ovsená kaša s posýpkou /300g/1,3,7	ovsená kaša s dia posýpkou /300g/1,3,7	ovsená kaša s posýpkou /300g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb bevit, maslo/1,3,7	
štvrtok, 17. november 2022	ŠTVRTOK	Raňajky	100g chlieb,paštika 1 ks.50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	50g chlieb,paštika 1 ks.50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,paštika 1 ks.50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie 1ks	ovocie 1ks	ovocie 1ks
		Obed	polievka paradajková 3dcl, bravč.sekaná,zemiaky,kompot/100g/200g/60g/1,3,7	polievka paradajková 3dcl, bravč.sekaná,zemiaky,kompot/100g/200g/60g/1,3,7	polievka paradajková 3dcl, bravč.sekaná,zemiaky,kompot/100g/200g/60g/1,3,7
		Olovrant	napolitánka /1,3,7	dia napolitánka /1,3,7	napolitánka /1,3,7
		Večera	fazulkový prívarok,vajce,chlieb /300g/1,3,7	fazulkový prívarok,vajce,chlieb /300g/1,3,7	fazulkový prívarok,vajce,chlieb /300g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb bevit,20g saláma+maslo/1,3,7	
piatok, 18. november 2022	PIATOK	Raňajky	100g chlieb,50g syr eidam,maslo,50 g paprika,0,2l čaj/1,3,7	50g chlieb,50g syr eidam,maslo,50 g paprika,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,50g syr eidam,maslo,0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie 1ks	ovocie 1ks	ovocie 1ks
		Obed	polievka falošná gulášová 3dcl,zabíjačkový tanier,zemiaky,šalát/100g/200g/1,3,7	polievka falošná gulášová 3dcl,zabíjačkový tanier,zemiaky,šalát/100g/200g/1,3,7	polievka falošná gulášová 3dcl,kurací plátok na prírodno,zemiaky,šalát/100g/200g/1,3,7
		Olovrant	ovoc.výživa 1 ks /1,3,7	dia ovocná výživa 1 ks /1,3,7	ov.výživa 1 ks /1,3,7
		Večera	bratislavské rizoto,šalát/300g/1,3,7	bratislavské rizoto,šalát/300g/1,3,7	bratislavské rizoto,šalát/300g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb bevit,maslo1 ks/1,3,7	
sobota, 19. november 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 hrášková 3dcl,bravčové na horčici,ryža/100g/200g/1,3,7/SK/	polievka hrášková 3dcl,bravčové na horčici,ryža/100g/200g/1,3,7/SK/	polievka hrášková 3dcl,bravčové na horčici,ryža/100g/200g/1,3,7/SK/
		Olovrant	napolitánka 1 ks	dia napolitánka 1 ks	napolitánka 1 ks
		Večera	palacinky s džemom 3 ks/1,3,7	palacinky s dia džemom 3 ks/1,3,7	palacinky s džemom 3 ks/1,3,7
		II Večera		50g chlieb bevit,30g nátierkové maslo/1,3,7	
nedeľa, 20. november 2022	NEDEĽA	Raňajky	čaj 0,2l,mlieko, 100g závin /1,3,7	čaj 0,2l mlieko,2ks graham,maslo,džem/1,3,7	čaj 0,2l,mlieko, 100g závin /1,3,7
		Desiata	ovocie 1ks	ovocie 1ks	ovocie 1ks
		Obed	polievka slepačia-3dcl,zapekané kuracie prsia so syrom a broskyňou,zem.kaša/100g/200g/1,3,7/	polievka slepačia-3dcl,zapekané kuracie prsia so syrom a broskyňou,zem.kaša/100g/200g/1,3,7/	polievka slepačia-3dcl,zapekané kuracie prsia so syrom a broskyňou,zem.kaša/100g/200g/1,3,7/
		Olovrant	zakusok 1ks/1,3,7	dia zakusok 1ks/1,3,7	zakusok 1ks/1,3,7
		Večera	100g chlieb,100g treska v majonéze/1,3,7	100g chlieb,100g treska v majonéze/1,3,7	100g chlieb,100g saláma, maslo,paradajka/1,3,7
		II Večera		chlieb bevit 50g,syr trojuholník 1ks/1,3,7	

1-obilniny obsahujúce lepok,2-kôrovce a výrobky z nich,3-vajcia a výrobky z nich,4-ryby a výrobky z nich,5-aráidy a výrobky z nich,6-sójové zrná a výrobky z nich,7-mlieko a výrobky z neho,8-orechy/mandle,liekové 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 10mg/kg alebo 10 ml/l,13-vlčí bôb,14-mäkkýše