

Dátum	Deň		diéta č. 3 - racionálna	diéta č. 9 - diabetická	diéta č.4 - šetriaca
17. jún 2019	PONDELOK	Raňajky	100g chlieb, 50g nátierka banovecká, 50g paradajka, 0,2l čaj -1,7	100g chlieb, 50g nátierka banovecká, 50g paradajka, 0,2l čaj -1,7	100g chlieb, 50g nátierka banovecká, 0,2l čaj -1,7
		Desiata	1ks jablko	1ks jablko	1ks jablko
		Obed	0,3l pol.kelová, 100g restovaná kuracia pečeň, 200g ryža, 100g šalát -1	0,3l pol.kelová, 100g restovaná kuracia pečeň, 200g ryža, 100g šalát DIA-1	0,3l pol.brokolícová, 100g bravčový bulharský plátok, 200g ryža -1
		Olovrant	1ks ovocná výživa	1ks ovocná výživa DIA	1ks ovocná výživa
		Večera	100g morčacie rezančeky so syrovou omáčkou, 200g zemiaky - 1,7	100g morčacie rezančeky so syrovou omáčkou, 200g zemiaky - 1,7	100g morčacie rezančeky na šampiňónoch, 200g zemiaky - 1,7
		II Večera		50g chlieb,1ks maslo - 1,7	
18. jún 2019	UTOROK	Raňajky	100g chlieb, 1ks maslo, 1ks varené vajce, 50g uhorky, 0,2l čaj -1,3,7	100g chlieb, 1ks maslo, 1ks varené vajce, 50g uhorka, 0,2l čaj DIA -1,3,7	100g chlieb, 1ks maslo, 60g eidam, 0,2l čaj -1,3,7
		Desiata	1ks pomaranč	1ks pomaranč	1ks pomaranč
		Obed	0,3l pol.hubová s mrveničkou, 100g brav.kocky na nitriansky spôsob, 200g halušky -1,3,7	0,3l pol.hubová s mrveničkou, 100g brav.kocky na nitriansky spôsob, 200g halušky DIA-1,3,7	0,3l pol.zeleninová s mrveničkou, 100g brav.kocky na nitriansky spôsob diétne, 200g halušky-1,3,7
		Olovrant	1ks zemiakový pagáč -1,3,7	1ks zemiakový pagáč DIA-1,3,7	1ks zemiakový pagáč -1,3,7
		Večera	300g šúflance s makom a maslom - 1,3,7	300g šúflance s tvarohom -1,3,7	300g šúflance s tvarohom a cukrom -1,3,7
		II Večera		50g chlieb, 1ks maslo, 20g šunka DIA - 1,3,7	
19. jún 2019	STREDA	Raňajky	2 ks lekvárová šatôčka, 0,2l biela káva - 1,3,7,	2 ks grahamové pečivo , 1 ks maslo, 1 ks džem DIA, 0,2l biela káva -1,3,7	2 ks lekvárová šatôčka, 0,2l biela káva -1,3,7,
		Desiata	1ks banán	1ks banán	1ks banán
		Obed	0,3l pol.hovädzia s cestovinou ,100g divinový guláš, 200g knedľa -1,3,7,9	0,3l pol.hovädzia s cestovinou ,100g divinový guláš, 200g knedľa DIA-1,3,7,9	0,3l pol.hovädzia s cestovinou ,100g hovädzí guláš diétny, 200g zemiaky, 100g šalát -1,3,7,9
		Olovrant	150g ryžová kaša 7	150g ryžová kaša DIA 7	150g ryžová kaša 7
		Večera	100g kuracie mäso s ratatouille, 200g ryža -1	100g kuracie mäso s ratatouille, 200g ryža -1	100g kuracie mäso na mrkve, 200g ryža -1
		II Večera		50g chlieb, 30g nátierkové maslo DIA - 1,7	
20. jún 2019	ŠTVRTOK	Raňajky	2ks pečivo, 50g šunková nátierka, 30g redkova, 0,2l čaj -1,7	2ks grahamové pečivo, 50g šunková nátierka, 30g redkova, 0,2l čaj DIA -1,7	2ks pečivo, 50g šunková nátierka, 30g redkova, 0,2l čaj -1,7
		Desiata	1ks kiwi	1ks kiwi	1ks jablko
		Obed	0,3l pol.špenátová s vajcom, 240g pečené kuracie stehno na spôs.bažanta, 200g ryža, 100g šalát -1,3,7	0,3l pol.špenátová s vajcom, 240g pečené kuracie stehno na spôs.bažanta, 200g ryža, 100g šalát DIA-1,3,7	0,3l pol.špenátová s vajcom, 240g pečené kuracie stehno diétne, 200g ryža, 100g šalát -1,3,7
		Olovrant	1ks napolitánka -1,3,7	1ks dialka -1,3,7	1ks napolitánka -1,3,7
		Večera	100g bravčové prírodné, 200g zemiaky, 60g šalát -1	100g bravčové prírodné, 200g zemiaky, 60g šalát DIA-1	100g bravčové prírodné, 200g zemiaky, 60g šalát -1
		II Večera		50g chlieb, 1ks syr - 1,7	
21. jún 2019	PIATOK	Raňajky	100g chlieb, 50g nátierka nivová, 50g uhorka šalátová, 0,2l čaj -1,7	100g chlieb, 50g nátierka nivová, 50g šalátová uhorka, 0,2l čaj DIA-1,7	100g chlieb, 50g nátierka syrová, 50g paradajka, 0,2l čaj -1,7
		Desiata	1ks jablko	1ks jablko	1ks jablko
		Obed	0,3l pol.hrástková, 100g rybie filé s lečom, 200g zemiaky, 100g šalát -1,4,7	0,3l pol.hrástková, 100g rybie filé s lečom, 200g zemiaky, 100g šalát DIA-1,4,7	0,3l pol.fazuľková na kyslo, 100g rybie filé na masle, 200g zemiaky, 100g šalát -1,4,7
		Olovrant	1ks termix -7	1ks jogurt biely-7	1ks termix -7
		Večera	300g ovocné knedličky s posýpkou a maslom -1,3,7	300g ovocné knedličky s posýpkou a maslom DIA -1,3,7	300g ovocné knedličky s posýpkou a maslom -1,3,7
		II Večera		50g chlieb,30g nátierkové maslo - 1,7	
22. jún 2019	SOBOTA	Raňajky	100g chlieb, 50g salámová nátierka, 50g paprika, 0,2l čaj -1,7	100g chlieb, 50g salámová nátierka, 50g paprika, 0,2l čaj DIA -1,7	100g chlieb, 50g šunková nátierka, 0,2l čaj -1,7
		Desiata	1ks banán	1ks banán	1ks banán
		Obed	0,3l pol.falošná gulášová, 100g kuracie kúsky, 200g varené zemiaky, 50g anglická zelenina -1	0,3l pol.falošná gulášová, 100g kuracie kúsky, 200g varené zemiaky, 50g anglická zelenina -1	0,3l pol.rascová s vajcom, 100g kuracie kúsky, 200g varené zemiaky, 50g anglická zelenina -1
		Olovrant	1ks jogurt -7	1ks jogurt biely-7	1ks jogurt -7
		Večera	300g zapekané cestoviny s kuracím mäsom a zeleninou, 60g šalát -1,3,7	300g zapekané cestoviny s kuracím mäsom a zeleninou, 60g šalát DIA-1,3,7	300g zapekané cestoviny s kuracím mäsom a zeleninou, 60g šalát -1,3,7
		II Večera		50g chlieb,1ks tav.syr - 1,7	
23. jún 2019	NEDEĽA	Raňajky	2ks sladký rožok, 1ks maslo, 1ks džem, 1ks med,0,2l čaj -1,3,7	2ks grahamové pečivo, 1ks maslo, 2ks džem DIA, 0,2l čaj DIA -1,3,7	2ks sladký rožok, 1ks maslo, 1ks džem, 1ks med, 0,2l čaj -1,3,7
		Desiata	1ks mandarínka	1ks mandarínka	1ks mandarínka
		Obed	0,3l pol.slepačia s cestovinou, 100g vyprážaný kurací rezeň, 200g slovenský zemiakový šalát -1,3,7	0,3l pol.slepačia s cestovinou, 100g vyprážaný kurací rezeň, 200g slovenský zemiakový šalát DIA-1,3,7	0,3l pol.slepačia s cestovinou,100g kurací bačovský rezeň, 200g zemiaky -1,3,7
		Olovrant	1ks zákusok -1,3,5,7,8	1ks zákusok DIA -1,3,5,7,8	1ks zákusok -1,3,5,7,8
		Večera	100g chlieb,50g suchá saláma,1ks maslo,1ks tav.syr,50g paradajka,1ks džús -1,7	100g chlieb,50g suchá saláma,1ks maslo,1ks tav.syr,50g paradajka,1ks džús -1,7	100g chlieb,100g šunková saláma,1ks maslo,1ks tav.syr, 50g paradajka,1ks džús -1,7
		II Večera		50g chlieb, 1ks maslo - 1,7	

odovzateľ

odoberateľ