

Dátum	Deň		diéta č. 3 - racionálna	diéta č. 9 - diabetická	diéta č.4 - šetriaca
23. apríl 2018	PONDELOK	Raňajky	100g chlieb,50g natierka salámová,30g reďkovka, 0,2l čaj -1,3,7	100g chlieb,50g natierka salámová, 30g reďkovka, 0,2l čaj DIA -1,3,7	100g chlieb,50g natierka šunková, 30g reďkovka, 0,2l čaj -1,3,7
		Desiata	1ks jablko	1ks jablko	1ks jablko
		Obed	0,3l pol.šošovicová so zeleninou,100g bravč.pečené na cibulke a šampiňónoch, 200g zemiaky, 100g šalát-1,7	0,3l pol.šošovicová so zeleninou,100g bravč.pečené na cibulke a šampiňónoch, 200g zemiaky, 100g šalát-1,7	0,3l pol.zeleninová,100g prírodný brav.plátok, 200g zemiaky ,100g šalát -1,7
		Olovrant	150g krupicová kaša - 1,7	150g krupicová kaša DIA - 1,7	150g krupicová kaša - 1,7
		Večera	300g kapustné fľačky na slano, 60g uhorka - 1,3,7	300g kapustné fľačky na slano, 60g uhorka DIA - 1,3,7	300g fľačky so šunkou , 60g šalát 1,3,7
		II Večera		50g chlieb,1ks tav.syr DIA - 1,3,7	
24. apríl 2018	UTOROK	Raňajky	100g chlieb,50g vajíčková nátierka, 1ks cibulka, 0,2l čaj - 1,3,7	100g chlieb,50g vajíčková nátierka, 1ks cibulka, 0,2l čaj DIA - 1,3,7	100g chlieb,50g tvarohová nátierka, 50g reďkovka, 0,2l čaj - 1,3,7
		Desiata	1ks pomaranč	1ks pomaranč	1ks pomaranč
		Obed	0,3l pol.frankfurtská s párkom,100g morčacie rezančeky s pomodoro omáčkou, 200g ryža - 1,3,7	0,3l pol.frankfurtská s párkom,100g morčacie rezančeky s pomodoro omáčkou, 200g ryža DIA - 1,3,7	0,3l pol.frankfurtská s párkom diétna,100g morčacie rezančeky s pomodoro omáčkou, 200g ryža - 1,3,7
		Olovrant	1ks syrový plätenec -1,3,7	1ks syrový plätenec DIA-1,3,7	1ks syrový plätenec -1,3,7
		Večera	300g ovocné pirohy so strúhankou a maslom - 1,3,7	300g DIA ovocné pirohy so strúhankou a maslom DIA- 1,3,7	300g ovocné pirohy so strúhankou a maslom - 1,3,7
		II Večera		50g chlieb,1ks maslo DIA - 1,3,7	
25. apríl 2018	STREDA	Raňajky	2ks buchta marmeládová,0,2l biela káva- 1,3,7	1ks DIA bábovka,0,2l biela káva DIA- 1,3,7	2ks buchta marmeládová,0,2l biela káva - 1,3,7
		Desiata	1ks banán	1ks banán	1ks banán
		Obed	0,3l pol.slepačia s krup.haluškami , 240g pečené kuracie stehno ,200g dus.čer.kapusta,knedľa(4ks) - 1,3,7,9	0,3l pol.slepačia s krup.haluškami , 240g pečené kuracie stehno,200g dus.čer.kapusta,knedľa(4ks) DIA- 1,3,7,9	0,3l pol.slepačia s krup.haluškami , 240g pečené diétno kur.stehno,200g zemiaky, 100g šalát - 1,3,7,9
		Olovrant	1ks jogurt ovocny - 7	1ks jogurt biely DIA- 7	1ks jogurt ovocny - 7
		Večera	100g kuracie rezančeky s hráškom, 200g ryža, 60g šalát - 1	100g kuracie rezančeky s hráškom, 200g ryža, 60g šalát DIA- 1	100g kuracie rezančeky s hráškom, 200g ryža, 60g šalát - 1
		II Večera		50g chlieb,30g nátiarkové maslo DIA - 1,3,7	
26. apríl 2018	ŠTVRTOK	Raňajky	2ks pečivo,50g brokolicová nátierka,50g reďkovka, 0,2l čaj - 1,3,7	2ks pečivo,50g brokolicová nátierka,50g reďkovka, 0,2l čaj DIA- 1,3,7	2ks pečivo,50g brokolicová nátierka,50g reďkovka, 0,2l čaj - 1,3,7
		Desiata	1ks kiwi	1ks kiwi	1ks kiwi
		Obed	0,3l pol.pórková,100g sedliacke bravčové soté, 200g zemiaky, 100g šalát - 1	0,3l pol.pórková,100g sedliacke bravčové soté, 200g zemiaky, 100g šalát DIA- 1	0,3l pol.pórková,100g bravčové soté na hrášku, 200g zemiaky, 100g šalát - 1
		Olovrant	1ks zemiakový pagáč -1,3,7	1ks zemiakový pagáč -1,3,7	1ks zemiakový pagáč -1,3,7
		Večera	150g vyprášaný karfiol, 200g zemiaky, 50g tatárska omáčka - 1,3,7	150g vyprášaný karfiol, 200g zemiaky, 50g tatárska omáčka DIA - 1,3,7	150g dusený karfiol, 200g zemiaky, 60g šalát - 7
		II Večera		50g chlieb,1ks maslo,20g šunka DIA - 1,3,7	
27. apríl 2018	PIATOK	Raňajky	100g chlieb,50g natierka zo strúh.syra ,30g cibulka, 0,2l čaj -1,3,7	100g chlieb,50g natierka zo strúh.syra ,30g cibulka, 0,2l čaj DIA -1,3,7	100g chlieb,50g natierka zo strúh.syra ,30g reďkovka, 0,2l čaj -1,3,7
		Desiata	1ks jablko	1ks jablko	1ks jablko
		Obed	0,3l pol.rascová s vajcom, 300g palacinky s džemom a cukrom - 1,3,7	0,3l pol.rascová s vajcom,100g bravčový tokáň, 200g tarhoňa DIA- 1,3,7	0,3l pol.rascová s bielkom,300g palacinky s džemom a cukrom - 1,3,7
		Olovrant	1ks termix 7	1ks jogurt biely DIA- 7	1ks termix 7
		Večera	120g rybie filé s holandskou omáčkou,200g zemiaky,60g šalát- 1,3,4,7	120g rybie filé s holandskou omáčkou,200g zemiaky,60g šalát DIA- 1,3,4,7	120g rybie filé na masle,200g zemiaky,60g šalát- 1,3,4,7
		II Večera		50g chlieb,30g nátiarkové maslo DIA - 1,3,7	
28. apríl 2018	SOBOTA	Raňajky	100g chlieb,50g nátierka sardinková, 30g reďkovka,0,2l čaj -1,3,7	100g chlieb,50g nátierka sardinková,30g reďkovka,0,2l čaj DIA- 1,3,7	100g chlieb,50g nátierka tuniaková,30g reďkovka,0,2l čaj -1,3,7
		Desiata	1ks mandarínka	1ks mandarínka	1ks mandarínka
		Obed	0,3l pol.zemiaková s paprikou,250g fazuľkový prívarok,100g sekaná, 100g chlieb- 1,3,7	0,3l pol.zemiaková s paprikou,250g fazuľkový prívarok,100g sekaná, 100g chlieb DIA- 1,3,7	0,3l pol.zemiaková ,250g fazuľkový prívarok,100g sekaná, 100g chlieb- 1,3,7
		Olovrant	150g puding -1,7	150g puding DIA-1,7	150g puding -1,7
		Večera	300g zapekané cestoviny s kuracím mäsom a zeleninou , 60g šalát - 1,3,7	300g zapekané cestoviny s kur.mäsom a zeleninou , 60g šalát DIA- 1,3,7	300g zapekané cestoviny s kur.mäsom a zeleninou , 60g šalát - 1,3,7
		II Večera		50g chlieb,1ks tav.syr DIA - 1,3,7	
29. apríl 2018	NEDEĽA	Raňajky	1ks vianočka ,1ks maslo,2ks džem,0,2l čaj - 1,3,7	1ks DIA vianočka , 1ks maslo, 2ks DIA džem, 0,2l čaj DIA - 1,3,7	1ks vianočka ,1ks maslo,2ks džem,0,2l čaj - 1,3,7
		Desiata	1ks banán	1ks banán	1ks banán
		Obed	0,3l pol.hov.vývar s cestovinou, 100g vypr.študentský rezeň,200g zemiaková kaša, 100g šalát- 1,3,7	0,3l pol.hov.vývar s cestovinou, 100g vypr.študentský rezeň,200g zemiaková kaša, 100g šalát DIA- 1,3,7	0,3l pol.hov.vývar s cestovinou, 100g prír.kuracie prsia,200g zemiaková kaša, 100g šalát- 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 šunka,1ks maslo, 1ks tav.syr,1ks reďkovka,1ks džús - 1,3,7	100g chlieb,50g šunka,1ks maslo, 1ks tav.syr,1ks reďkovka,1ks džús DIA - 1,3,7	100g chlieb,50g šunka,1ks maslo, 1ks tav.syr,1ks reďkovka,1ks džús - 1,3,7
		II Večera		50g chlieb,1ks maslo DIA - 1,3,7	

odovavateľ

odoberateľ