

JEDÁLNY LÍSTOK od 11.3.2024 do 17.3.2024 ARCHA

Dátum	Deň	diéta č. 3 - racionálna	diéta č. 9 - diabetická	diéta č.4 - šetriaca
11. marec 2024	PODELOK	Raňajky 100g chlieb,50g oškvarková nát.,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7 Desiata ovocie 1ks	50g chlieb,50g oškvarková nát.,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7 ovocie 1ks	100g chlieb,50g syrová nát.,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7 čaj/1,3,7 ovocie 1ks
		Obed polievka zelerová3dcl,bravč.na španielský spôsob,ryža/100g/200g/1,3,10/sk/	polievka zelerová3dcl,bravč.na španielský spôsob,ryža/100g/140g/1,3,7,10/sk/	polievka zelerová3dcl,bravč.na španielský spôsob,ryža/100g/200g/1,3,7,10/sk/
		Olovrant napolitánka 1 ks/1,3,7	dia napolitánka 1 ks/1,3,7	napolitánka 1 ks/1,3,7
		Večera tvarohové rezance /300g/ 1,3,7	tvarohové rezance /250g/ 1,3,7	tvarohové rezance /300g/ 1,3,7
		II Večera	50g chlieb bevit,maslo/1,3,7	
		Raňajky 100g chlieb,50g salámová nát.,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7 Desiata ovocie 1ks	50g chlieb,50g salámová nát.,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7 ovocie 1ks	100g chlieb,50g salámová nát.,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7 ovocie 1ks
12. marec 2024	UTOROK	Obed polievka hrášková -3dcl,kurací gyros,opekané zemiaky,tzatziky/100g/200g/50g/1,3,7	polievka hrášková -3dcl,kurací gyros,opekané zemiaky,tzatziky/100g/140g/50g/1,3,7	polievka hrášková -3dcl,kurací gyros,opekané zemiaky,/100g/200g/50g/1,3,7
		Olovrant perník 1ks/1,3,7	dia napolitánka 1 ks/1,3,7	perník 1 ks/1,3,7
		Večera ovsená kaša s posýpkou/300g/1,3,7	ovsená kaša s dia posýpkou/250g/1,3,7	ovsená kaša s posýpkou/300g/1,3,7
		II Večera	50g chlieb bevit,20g maslo/1,3,7	
		Raňajky 100g chlieb,maslo,syr,paradajka,0,2l čaj/1,3,7 Desiata ovocie 1ks	50g chlieb,maslo,syr,paradajka,0,2l čaj/1,3,7 ovocie 1ks	100g chlieb,maslo,syr,paradajka,0,2l čaj/1,3,7 ovocie 1ks
		Obed polievka zeleninová s cestovinou -sviečková na smotane,knedla/100g/160g/1,3,7,/DK/	polievka zeleninová s cestovinou -sviečková na smotane,knedla/100g/140g/1,3,7,/DK/	polievka zeleninová s cestovinou -sviečková na smotane,zemiaky/100g/200g/1,3,7,/DK/
13. marec 2024	STREDA	Olovrant olov.pečivo 1 ks /1,3,7	celozrnné olov.pečivo 1 ks /1,3,7	olov.pečivo 1 ks /1,3,7
		Večera granadír,šalát /300g/1,3,	granadír,šalát /250g/1,3,	granadír,šalát /300g/1,3,
		II Večera	50g chlieb bevit,1ks paštika/1,3,7	
		Raňajky 100g chlieb,50g pečeňová nátierka,50g uhorka,0,2l čaj/1,3,7 Desiata ovocie	50g chlieb,50g pečeňová nátierka,50g uhorka,0,2l čaj/1,3,7 ovocie	100g chlieb,50g šunková nátierka,50g uhorka,0,2l čaj/1,3,7 ovocie
		Obed pečené,zemiaková kaša,kompot/220g/200g/1,3,7/sk/ detská výživa /1,3,7	polievka brokolicová 3dcl,kuracie stehno pečené,zemiaková kaša,kompot/220g/200g/1,3,7/sk/ dia detska výživa /1,3,7	polievka brokolicová 3dcl,kuracie stehno pečené,zemiaková kaša,kompot/220g/200g/1,3,7/sk/ detská výživa /1,3,7
		Večera pohronské rizoto,čalamáda/300g/1,3,	pohronské rizoto,čalamáda/250g/1,3,	pohronské rizoto,čalamáda/300g/1,3,
14. marec 2024	ŠTVRTOK	II Večera	50g chlieb bevit,maslo/1,3,7	
		Raňajky 100g chlieb,50g tuniaková nát., 50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7 Desiata ovocie 1ks	50g chlieb,50g tuniaková nát., 50g paradajka,0,2l dia čaj/1,3,7 ovocie 1ks	100g chlieb,50g tuniaková nát.,0,2l čaj/1,3,7 ovocie 1ks
		Obed polievka šošovicová 3dcl-dukátové buchtičky s van.krémom/300g/1,3,7	polievka šošovicová 3dcl-dukátové buchtičky s van.krémom/250g/1,3,7	polievka zeleninová 3dcl-dukátové buchtičky s van.krémom/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 hovädzie rezančeky na zelenej fazulke,zemiaky 100g/200g/ 1,3/DK/	hovädzie rezančeky na zelenej fazulke,zemiaky 100g/140g/ 1,3/DK/	hovädzie rezančeky na zelenej fazulke,zemiaky 100g/200g/ 1,3/DK/
		II Večera	50g chlieb bevit,1ks tavený syr/1,3,7	
15. marec 2024	PIATOK	Raňajky 100g chlieb,párky,horčica,0,2l čaj/1,3,7 Desiata ovocie 1ks	50g chlieb,párky,horčica,0,2l čaj/1,3,7 ovocie 1ks	100g chlieb,párky,kečup,0,2l čaj/1,3,7 ovocie 1ks
		Obed polievka zemiaková -3dcl,bravčové na smotane,cestovina/100g/200g/1,3,7/sk/	polievka zemiaková -3dcl,bravčové na smotane,cestovina/100g/140g/1,3,7/sk/	polievka zemiaková -3dcl,bravčové na smotane,cestovina/100g/200g/1,3,7/sk/
		Olovrant croissant 1 ks /1,3,7	dia croissant 1 ks /1,3,7	croissant 1 ks /1,3,7
		Večera zapekané zemiaky so šunkou a syrom,šalát/300g/ 1,3,7/	zapekané zemiaky so šunkou a syrom,šalát/250g/ 1,3,7/	zapekané zemiaky so šunkou a syrom,šalát/300g/ 1,3,7/
		II Večera	50g chlieb bevit,30g nátierkové maslo/1,3,7	
		Raňajky mlieko 0,2l, 100g pečivo sladké/1,3,7 Desiata ovocie 1ks	dia kakao 0,2l, 2ks graham rohlík ,20g maslo,20g dia džem/1,3,7 ovocie 1ks	mlieko 0,2l, 100g pečivo sladké/1,3,7 ovocie 1ks
16. marec 2024	SOBOTA	Obed polievka slepačia-3dcl,vyprážaný kurací rezeň,zemiaky,šalát/100g/200g/60g/1,3,/SK/	polievka slepačia-3dcl,vyprážaný kurací rezeň,zemiaky,šalát/100g/140g/60g/1,3,/SK/	polievka slepačia-3dcl,prírodný kurací rezeň,zemiaky,šalát/100g/200g/60g/1,3,/SK/
		Olovrant zakusok 1ks/1,3,7	dia zakusok 1ks/1,3,7	zakusok 1ks/1,3,7
		Večera 100gchlieb,20g maslo,100g saláma ,paradajka 50g/1,3,7	50gchlieb,20g maslo,100g salám,paradajka 50g/1,3,7	100gchlieb,20g maslo,100g šunková saláma /1,3,7
		II Večera	chlieb bevit 50g,1ks syr/1,3,7	
		Raňajky mlieko 0,2l, 100g pečivo sladké/1,3,7 Desiata ovocie 1ks	dia kakao 0,2l, 2ks graham rohlík ,20g maslo,20g dia džem/1,3,7 ovocie 1ks	mlieko 0,2l, 100g pečivo sladké/1,3,7 ovocie 1ks
		Obed polievka slepačia-3dcl,vyprážaný kurací rezeň,zemiaky,šalát/100g/200g/60g/1,3,/SK/	polievka slepačia-3dcl,vyprážaný kurací rezeň,zemiaky,šalát/100g/140g/60g/1,3,/SK/	polievka slepačia-3dcl,prírodný kurací rezeň,zemiaky,šalát/100g/200g/60g/1,3,/SK/
17. marec 2024	NEDEĽA	Olovrant zakusok 1ks/1,3,7	dia zakusok 1ks/1,3,7	zakusok 1ks/1,3,7
		Večera 100gchlieb,20g maslo,100g saláma ,paradajka 50g/1,3,7	50gchlieb,20g maslo,100g salám,paradajka 50g/1,3,7	100gchlieb,20g maslo,100g šunková saláma /1,3,7
		II Večera	chlieb bevit 50g,1ks syr/1,3,7	

1-obiliny obsahujúce lepok,2-kôrovce a výrobky z nich,3-vajcia a výrobky z nich,4-ryby a výrobky z nich,5-arašídy a výrobky z nich,6-sójové zrná a výrobky z nich/tofu/syr.

7-mlieko a výrobky z neho,8-orechy/mandle,lieskové orechy,vlašské orechy,kešu,pekanové orechy,para orechy,pistácie,makadamové orechy a queenslandske orechy.

9-zeler,10-horčica,11-sézamové semená,12-oxid síričitý a síričitan v koncentráciach vyšších ako 10mb/kg alebo 10 ml/l,13-vľv bôb,14-mäkkýše