

Dátum	Deň		diéta č. 3 - racionálna	diéta č. 9 - diabetická	diéta č.4 - šetriaca
16. marec 2020	PONDELOK	Raňajky	100g chlieb, 50g nátierka šunková, 50g paradajka, 0,2l čaj - obsahuje: 1,7	100g chlieb Bevit, 50g nátierka šunková, 50g paradajka, 0,2l čaj DIA - obsahuje: 1,7	100g chlieb, 50g nátierka šunková, 0,2l čaj - obsahuje: 1,7
		Desiata	1ks jablko	1ks jablko	1ks jablko
		Obed	0,3l pol.fazuľková zapražená, 100g bravčové na srbský spôsob, 200g tarhoňa - obsahuje: 1,3 HU	0,3l pol.fazuľková zapražená, 100g bravčové na srbský spôsob, 200g tarhoňa - obsahuje: 1,3 HU	0,3l pol.fazuľková zapražená, 100g bravčové na paradajkách, 200g tarhoňa - obsahuje: 1,3 HU
		Olovrant	1ks jogurt - obsahuje: 7	1ks jogurt - obsahuje: 7	1ks jogurt - obsahuje: 7
		Večera	100g kurací paprikáš, 200g cestoviny - obsahuje: 1,7 UA	100g kurací paprikáš, 200g cestoviny - obsahuje: 1,7 UA	100g kurací paprikáš dietny, 200g cestoviny - obsahuje: 1,7 UA
		II Večera		50g chlieb Bevit, 1ks tavený syr - obsahuje: 1,7	
17. marec 2020	UTOROK	Raňajky	100g chlieb, 2ks párky, 30g horčica, 0,2l čaj - obsahuje: 1,10	100g chlieb Bevit, 2ks párky, 30g horčica, 0,2l čaj DIA - obsahuje: 1,10	100g chlieb, 2ks dietne párky, 30g kečup, 0,2l čaj - obsahuje: 1
		Desiata	1ks pomaranč	1ks pomaranč	1ks pomaranč
		Obed	0,3l pol.cicerová so zemiakmi, 240g pečené kuracie stehno na rozmaríne, 200g ryža, 100g šalát - obsahuje: 1,7 SK	0,3l pol.cicerová so zemiakmi, 240g pečené kuracie stehno na rozmaríne, 200g ryža, 100g šalát DIA - obsahuje: 1,7 SK	0,3l pol.zemiaková, 240g pečené kuracie stehno dietne, 200g ryža, 100g šalát - obsahuje: 1,7 SK
		Olovrant	1ks zemiakový pagáčik - obsahuje: 1	1ks zemiakový pagáčik - obsahuje: 1	1ks zemiakový pagáčik - obsahuje: 1
		Večera	300g šúľance so strúhankou posýpkou a maslom - obsahuje: 1,3,7	300g šúľance so strúhankou posýpkou a maslom - obsahuje: 1,3,7	300g šúľance so strúhankou posýpkou a maslom - obsahuje: 1,3,7
		II Večera		50g chlieb Bevit, 1ks maslo - obsahuje: 1,7	
18. marec 2020	STREDA	Raňajky	2ks pečivo, 50g nátierka sardinková, 50g paradajka, 0,2l čaj - obsahuje: 1,4,7	2ks grahamové pečivo, 50g nátierka sardinková, 50g paradajka, 0,2l čaj DIA - obsahuje: 1,7	2ks pečivo, 1ks maslo, 1ks syr, 0,2l čaj - obsahuje: 1,7
		Desiata	1ks banán	1ks banán	1ks banán
		Obed	0,3l pol.hovädzia s cestovinou, 100g hamburské bravčové, 4ks knedľa - obsahuje: 1,3,7 HU	0,3l pol.hovädzia s cestovinou, 100g hamburské bravčové, 4ks knedľa - obsahuje: 1,3,7 HU	0,3l pol.hovädzia s cestovinou, 100g hamburské bravčové dietne, 200g zemiaky - obsahuje: 1,3,7 HU
		Olovrant	1ks smotanový krém - obsahuje: 7	1ks jogurt DIA - obsahuje: 7	1ks jogurt - obsahuje: 7
		Večera	100g morčacie na zelenine, 200g ryža - obsahuje: 1 SK	100g morčacie na zelenine, 200g ryža - obsahuje: 1 SK	100g morčacie na zelenine, 200g ryža - obsahuje: 1 SK
		II Večera		50g chlieb Bevit, 1ks tavený syr - obsahuje: 1,7	
19. marec 2020	ŠTVRTOK	Raňajky	2ks jablkový rožok, 0,2l biela káva - obsahuje: 1,7	2ks grahamové pečivo, 1ks maslo, 0,2l biela káva DIA - obsahuje: 1,7	2ks jablkový rožok, 0,2l biela káva - obsahuje: 1,7
		Desiata	1ks kiwi	1ks kiwi	1ks jablko
		Obed	0,3l pol.cesnaková krémová, 100g bravčový perkelt, 200g cestovina - obsahuje: 1,7 HU	0,3l pol.cesnaková krémová, 100g bravčový perkelt, 200g cestovina - obsahuje: 1,7 HU	0,3l pol.zeleninová, 100g bravčový perkelt dietny, 200g cestovina - obsahuje: 1,7,9 HU
		Olovrant	1ks jogurt - obsahuje: 7	1ks jogurt - obsahuje: 7	1ks jogurt - obsahuje: 7
		Večera	250g zemiakový prívarok, 1ks vajce, 100g chlieb - obsahuje: 1,3,7	250g zemiakový prívarok, 1ks vajce, 100g chlieb Bevit - obsahuje: 1,3,7	250g zemiakový prívarok, 100g dietná sekaná, 100g chlieb - obsahuje: 1,3,7 HU
		II Večera		50g chlieb Bevit, 30g natierkové maslo - obsahuje: 1,7	
20. marec 2020	PIATOK	Raňajky	100g chlieb, 50g nátierka syrová, 50g paprika, 0,2l čaj - obsahuje: 1,7	100g chlieb Bevit, 50g nátierka syrová, 50g paprika, 0,2l čaj DIA - obsahuje: 1,7	100g chlieb, 50g nátierka syrová, 0,2l čaj - obsahuje: 1,7
		Desiata	1ks jablko	1ks jablko	1ks jablko
		Obed	0,3l pol.tekvicová zapražená so zemiakmi, 300g dukátové buchtičky s vanilkovým krémom - obsahuje: 1,3,7	0,3l pol.tekvicová zapražená so zemiakmi, 100g prírodné kuracie plnené paradajkovo-syrovou plnkou, 200g ryža, 100g šalát - obsahuje: 1,7	0,3l pol.tekvicová zapražená so zemiakmi, 100g prírodné kuracie plnené paradajkovo-syrovou plnkou, 200g ryža, 100g šalát - obsahuje: 1,3,7
		Olovrant	1ks keks - obsahuje: 1,3,7	1ks dialka - obsahuje: 1,3,7	1ks keks - obsahuje: 1,3,7
		Večera	150g vyprážany rybaci karbonátok so zeleninou, 200g zemiaky, 60g šalát - obsahuje: 1,3,4,7 SK	150g vyprážany rybaci karbonátok so zeleninou, 200g zemiaky, 60g šalát DIA - obsahuje: 1,3,4,8 SK	150g rybie filé na masle, 200g zemiaky, 60g šalát - obsahuje: 1,4,7 SK
		II Večera		50g chlieb Bevit, 1ks maslo - obsahuje: 1,7	
21. marec 2020	SOBOTA	Raňajky	100g chlieb, 50g nátierka vajíčková, 50g uhorka, 0,2l čaj - obsahuje: 1,3,7	100g chlieb Bevit, 50g nátierka vajíčková, 50g uhorka, 0,2l čaj DIA - obsahuje: 1,3,7	100g chlieb, 1ks maslo, 1ks syr, 0,2l čaj - obsahuje: 1,7
		Desiata	1ks banán	1ks banán	1ks banán
		Obed	0,3l pol.šampiňónová krémová, 100g bravčový plátok na prírodno, 200g ryža, 100g šalát - obsahuje: 1,7 HU	0,3l pol.šampiňónová krémová, 100g bravčový plátok na prírodno, 200g ryža, 100g šalát DIA - obsahuje: 1,7 HU	0,3l pol.šampiňónová so zemiakmi, 100g bravčový plátok na prírodno, 200g ryža, 100g šalát - obsahuje: 1,7 HU
		Olovrant	1ks keks - obsahuje: 1,3,7	1ks dialka - obsahuje: 1,3,7	1ks keks - obsahuje: 1,3,7
		Večera	250g šošovicový prívarok, 100g sekaná, 100g chlieb - obsahuje: 1,3,7 HU	250g šošovicový prívarok, 100g sekaná, 100g chlieb Bevit - obsahuje: 1,7 HU	250g kôprová omáčka so zemiakmi, 100g dietná sekaná, 100g chlieb - obsahuje: 1,3,7
		II Večera		50g chlieb Bevit, 1ks maslo - obsahuje: 1,7	
22. marec 2020	NEDEĽA	Raňajky	100g vianočka, 1ks maslo, 1ks džem, 1ks med, 0,2l čaj - obsahuje: 1,3,7	100g DIA vianočka, 1ks maslo, 2ks džem, 0,2l čaj DIA - obsahuje: 1,3,7	100g vianočka, 1ks maslo, 1ks džem, 1ks med, 0,2l čaj - obsahuje: 1,3,7
		Desiata	1ks mandarínka	1ks mandarínka	1ks mandarínka
		Obed	0,3l pol.slepačí vývar s cestovinou, 240g vypr. kuracie stehno, 200g zemiaková kaša, 100g šalát - obsahuje: 1,3,7 SK	0,3l pol.slepačí vývar s cestovinou, 240g vypr. kuracie stehno, 200g zemiaková kaša, 100g šalát DIA - obsahuje: 1,3,7 SK	0,3l pol.slepačí slabý vývar s cestovinou, 240g vypr. kuracie stehno, 200g zemiaková kaša, 100g šalát - obsahuje: 1,3,7 SK
		Olovrant	1ks zákusok - obsahuje: 1,3,5,7,8	1ks zákusok DIA - obsahuje: 1,3,5,7,8	1ks zákusok - obsahuje: 1,3,5,7,8
		Večera	100g chlieb, 100g šunka, 1ks maslo, 50g reďkovka, 1ks džús - obsahuje: 1,7	100g chlieb Bevit, 100g šunka, 1ks maslo, 50g reďkovka, 1ks džús DIA - obsahuje: 1,7	100g chlieb, 100g šunka, 1ks maslo, 50g reďkovka, 1ks džús - obsahuje: 1,7
		II Večera		50g chlieb Bevit, 1ks syr - obsahuje: 1,7	