

DIA - DIABETICKÁ STRAVA***** Pondelok 20.10.2025 *****

raňajky.	kakao/dia 0,3l, maslo-R,V2 30g, chlieb/dia R,V2 75g, red'kovka 1ks, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
desiata.	dia výživa 1ks	
obed.	pol.z mieš.strukovín mliečna 0,25l, bravčový guláš/dia 214g(m.64g,s.150g), cestovina -dia 112,5g, čaj-dia 0,3l	Al:1,7
olovrant.	paštéková pomazánka 23g, chlieb/dia D,O,OL,V 50g	Al:1,3,6,7,8,11,13
večera-1.	zemiaky zapeč.s úden.mäs.a-dia 440g, uhorka sterilizovaná-dia 70g, čaj-dia 0,3l	Al:3,7,10
večera-2.	syreček-V2 1ks, chlieb/dia R,V2 75g	Al:1,3,6,7,8,11,13

***** Utorok 21.10.2025 *****

raňajky.	biela káva/dia 0,3l, nátierka syrová s cesnakom 40g, chlieb/dia R,V2 75g, rajčina 0,5ks, čaj-dia 0,3l	
desiata.	banán 1ks	
obed.	zeleninová pol.s ryžou 0,35l, važecká pochúťka 309g(m.54g,s.60g,p.195g), šalát z hlávkovej kap.s mrk.di 120g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,9,11
olovrant.	miláčik 1ks	Al:7
večera-1.	rezance s vajcom 300g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3
večera-2.	cottyge syr 180g	Al:7

***** Streda 22.10.2025 *****

raňajky.	čaj-dia 0,3l, saláma jemná,horčica,žemla 2ks(m.100g)	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata.	jablko 1ks	
obed.	polievka brokolicová krémová 250g, záhradnícky tokáň/dia 170g(m.63g,s.107g), ryža/dia 95g, cviklový šalát-dia 150g, čaj-dia 0,3l	Al:1,6,7,9,11
olovrant.	dia keks 1ks	Al:1,3,5,7,8
večera-1.	pečenový syr 145g, paprika pcr 0,5ks, chlieb/dia SV 100g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
večera-2.	dia výživa 1ks	

***** Stvrtok 23.10.2025 *****

raňajky.	mlieko 0,3l, varený párok,horčica 154g, chlieb/dia R,V2 75g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata.	jogurt biely 1ks	Al:7
obed.	polievka z hlivy ustric.s cest 250g, rybie filé vyprážané/dia 200g, zemiakový šalát-dia 200g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,4,6,7,9,11
olovrant.	mandarinka 1ks	
večera-1.	jaternice 200g, chlieb/dia D,O,OL,V 50g, uhorka sterilizovaná-dia 70g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,8,10,11
večera-2.	jogurt biely 1ks	Al:7

***** Piatok 24.10.2025 *****

raňajky.	čaj-dia 0,3l, syrové toasty 200g	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	dia keks 1ks	Al:1,3,5,7,8
obed.	zemiaková pol.gulášová 0,35l, halušky bryndzové 380g, mlieko kefirové 1ks, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,9,11
olovrant.	nátierka z tuniaka s mrkvou 40g, chlieb/dia D,O,OL,V 50g	Al:1,3,4,6,7,8,11,
večera-1.	zemiaky s cibuľkou-dia 165g, volské oko 1ks, čaj-dia 0,3l	Al:3
večera-2.	paštéta 48g 1ks, chlieb/dia R,V2 75g	Al:1,3,6,7,8,11,13

* 363 J E D A L N Y L I S T O K *

Obdobie: 20.10.2025 - 26.10.2025

Datum t1.: 13.10.2025

Str.:

6

*** Sobota 25.10.2025 ***

raňajky.	biela káva/dia 0,3l, maslo-R,V2 30g, eidam tehla na chlieb 1g, chlieb/dia R,V2 75g, čaj-dia 0,3l	
desiata.	dia výživa 1ks	
obed.	polievka mrkvová 250g, bravč.mäso na hubách-dia 183g(m.63g,s.120g), tarhoňa-dia 95g, čaj-dia 0,3l	Al:1,7
olovrant.	banán 1ks	
večera-1.	kapust.pol.s klobás-kapustnica 0,5l(m.50g), chlieb/dia D,O,OL,V 50g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
večera-2.	maslo-R,V2 30g, chlieb/dia R,V2 75g	Al:1,3,6,7,8,11,13

*** Nedela 26.10.2025 ***

raňajky.	káva čierna dia 0,3l, paštéta-R,D,OI,V2 50g, chlieb/dia R,V2 75g, čaj-dia 0,3l	
desiata.	džús 1ks	
obed.	hov.polievka s celest.rezanca 0,33l, kuracie prsia s ananásom 164g, ryža/dia 95g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,9,11
olovrant.	chrumky 1ks	Al:1,5
večera-1.	šalát parížský/vlašský 140g, žemia standart 2ks, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,8,10,11
večera-2.	jogurt biely 1ks	Al:7