

DIA - DIABETICKÁ STRAVA

*** Pondelok 15.12.2025 ***		
raňajky.	kakao/dia 0,3l, eidam tehla na chlieb 1g, maslo-R,V2 30g, chlieb/dia R,V2 75g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
desiata.	dia výživa 1ks	
obed.	fazuľová pol.s údeným bôč.-dia 0,35l(m.13g), kura pečené /dia 0,25ks, ryža/dia 95g, kompót jablkový/dia 100g, čaj-dia 0,3l, mandarinka 1ks	Al:1,6,7,9,11
olovrant.	tuniaková pomazánka 40g, chlieb/dia D,O,OL,V 50g	Al:1,3,4,6,7,8,11,
večera-1.	zemiak.placky plnené mäsom/dia 300g(m.55g), obloha-kapustová 70g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,7
večera-2.	syreček-V2 1ks, chlieb/dia R,V2 75g	Al:1,3,6,7,8,11,13
*** Utorok 16.12.2025 ***		
raňajky.	čaj-dia 0,3l, varený párok,horčica 154g, chlieb/dia R,V2 75g	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata.	banán 1ks	
obed.	zeleninová pol.so zemiakmi 0,35l, bravčová pečienka /dia 180g(m.80g,s.100g), kapusta hlávková dusená/dia 150g, zemiaky varené-dia 165g, čaj-dia 0,3l	Al:1,6,9,11
olovrant.	jogurt biely 1ks	Al:7
večera-1.	zeleninové rizoto 350g, čaj-dia 0,3l	Al:7,9
večera-2.	paštéta 48g 1ks, chlieb/dia R,V2 75g	Al:1,3,6,7,8,11,13
*** Streda 17.12.2025 ***		
raňajky.	čaj-dia 0,3l, eidam tehla plátky 100g, maslo-R,V2 30g, varené vajce 1ks, chlieb/dia R,V2 75g	
desiata.	mandarinka 1ks	
obed.	polievka hrášková so zeleninou 250g, kuracie prsia v jogurte 130g, zemiaková kaša-dia 160g, šalát mrkvový s ananásom-dia 110g, čaj-dia 0,3l	Al:1,7,9
olovrant.	uzol 1ks	Al:1,3,7,8,11
večera-1.	šalát parížský/vlašský 140g, chlieb/dia SV 100g, čaj-dia 0,3l, dia keks 1ks	Al:1,3,5,6,7,8,10,
večera-2.	dia výživa 1ks	
*** Stvrtok 18.12.2025 ***		
raňajky.	čaj-dia 0,3l, saláma šunková,horčica,žemla 2ks(m.100g)	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata.	jablko 1ks	
obed.	rajčiaková pol.s cestov./ 0,35l, zapekané zemiaky-francúzske 350g, uhorka sterilizovaná-dia 70g, čaj-dia 0,3l, dia keks 1ks	Al:1,3,5,6,7,8,10
olovrant.	jogurt biely 1ks	Al:7
večera-1.	mäsové karbon.s ovsen.vlo.-dia 100g(m.100g), zemiaky šťuchané-dia 165g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,7
večera-2.	maslo-R,V2 30g, chlieb/dia R,V2 75g	Al:1,3,6,7,8,11,13
*** Piatok 19.12.2025 ***		
raňajky.	mlieko 0,3l, vajcia miešane so syrom 110g, chlieb/dia R,V2 75g, čaj-dia 0,3l	
desiata.	banán 1ks	
obed.	hŕstková polievka 0,35l, halušky s kyslou kapustou 450g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,9,11
olovrant.	syrová pomazánka 43g, chlieb/dia D,O,OL,V 50g	Al:1,3,6,7,8,11,13
večera-1.	zemiaky s cibuľkou-dia 165g, opekaný kabanos-dia 100g, čaj-dia 0,3l	Al:6
večera-2.	cottyge syr 180g	Al:7

*** Sobota 20.12.2025 ***		
raňajky.	biela káva/dia 0,3l, džem-dia 40g, chlieb/dia R,V2 75g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	dia výživa 1ks	
obed.	franfurtská pol.-dia 0,35g(m.22g), zemiakový prívarok/dia 360g, sekaná pečienka/dia 160g(m.160g), chlieb/dia D,O,OL,V 50g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
olovrant.	cibuľa/na chlieb 20g, masť/desiata,olovrant,V2 20g, chlieb/dia D,O,OL,V 50g	Al:1,3,6,7,8,11,13
večera-1.	hydínová pečeň na šampiň./dia 154g(m.84g,s.70g), tarhoňa-dia 95g, čaj-dia 0,3l	Al:1
večera-2.	jogurt biely 1ks	Al:7
*** Nedela 21.12.2025 ***		
raňajky.	káva čierna dia 0,3l, saláma-bravčová šunka 100g, maslo-R,V2 30g, chlieb/dia R,V2 75g, paprika pcr 0,5ks, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	džús 1ks	
obed.	hov.pol.s cestovinou 0,35l, kuracie prsia na kukurici 144g, ryža/dia 95g, 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, chlieb/dia SV 100g, rajčina 1ks, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
večera-2.	maslo-R,V2 30g, chlieb/dia R,V2 75g	