

DIA - DIABETICKÁ STRAVA

*** Pondelok 05.01.2026 ***		
raňajky.	kakao/dia 0,3l, nátierka mrkvová 41g, chlieb/dia R,V2 75g, čaj-dia 0,3l	AI:1,3,5,6,7,8,9,1
desiata.	dia výživa 1ks	
obed.	fazuľová polievka kyslá/dia 0,35l, záhradnícky tokáň/dia 170g(m.63g,s.107g), ryža/dia 95g, čaj-dia 0,3l	AI:1,3,5,6,7,8,9,1
olovrant.	paštéková pomazánka 23g, chlieb/dia D,O,OL,V 50g	AI:1,3,6,7,8,11,13
večera-1.	peč.zemiaky s maslom,špekačka 450g, chlieb/dia D,O,OL,V 50g, mlieko kefírové 1ks, čaj-dia 0,3l	
večera-2.	syreček-V2 1ks, chlieb/dia R,V2 75g	
*** Utorok 06.01.2026 ***		
raňajky.	káva čierna dia 0,3l, saláma-bravčová šunka 100g, maslo-R,V2 30g, paprika pcr 0,5ks, chlieb/dia R,V2 75g, čaj-dia 0,3l	
desiata.	mandarinka 1ks	
obed.	hovädzia polievka s ryžou 0,35l, bravčové rebierko prírod./dia 185g(m.85g,s.100g), zemiaková kaša-dia 160g, cviklový šalát-dia 150g, čaj-dia 0,3l	AI:1,6,7,9,11
olovrant.	dia keks 1ks	AI:1,3,5,7,8
večera-1.	syrokrém 50g 1ks, saláma-šunková 100g, rajčina 0,5ks, chlieb/dia SV 100g, čaj-dia 0,3l	AI:1,3,6,7,8,11,13
večera-2.	cottyge syr 180g	AI:7
*** Streda 07.01.2026 ***		
raňajky.	mlieko 0,3l, paštéta-R,D,OI,V2 50g, chlieb/dia R,V2 75g, paprika pcr 0,5ks, čaj-dia 0,3l	AI:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	banán 1ks	
obed.	polievka záhorácka 0,35l, bravčová.peč.sviečková-dia 213g(m.63g,s.150g), cestovina -dia 112,5g, čaj-dia 0,3l	AI:1,3,6,7,9,10,11
olovrant.	džús 1ks	
večera-1.	kuracie prsia plnené 155g(m.90g,s.65g), ryža/dia 95g, čaj-dia 0,3l	AI:1,6,7,10
večera-2.	dia výživa 1ks	
*** Stvrtok 08.01.2026 ***		
raňajky.	biela káva/dia 0,3l, nátierka syrová s cesnakom 40g, chlieb/dia R,V2 75g, čaj-dia 0,3l	AI:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	jablko 1ks	
obed.	polievka pórová s vajcom 0,33l, važecká pochúťka 309g(m.54g,s.60g,p.195g), šalát z čínskej kap.s kuku.-di 120g, čaj-dia 0,3l	AI:1,3,6,7
olovrant.	jogurt biely 1ks	AI:7
večera-1.	saláma/párok/vypráž.v ces./dia 110g, zemiaková kaša-dia 160g, čaj-dia 0,3l	AI:1,3,6,7
večera-2.	paštéta 48g 1ks, chlieb/dia R,V2 75g	AI:1,3,6,7,8,11,13
*** Piatok 09.01.2026 ***		
raňajky.	čaj-dia 0,3l, tuniaková pomazánka 40g, chlieb/dia R,V2 75g	AI:1,3,4,6,7,8,11,
desiata.	pomaranč 1ks	
obed.	gulášová polievka/dia 0,35l, chlieb/dia D,O,OL,V 50g, makovické azu-dia 164g(m.64g,s.100g), tarhoňa-dia 95g, čaj-dia 0,3l	AI:1,3,6,7,8,9,11,
olovrant.	jogurt biely 1ks	AI:7
večera-1.	šošovicový prívarok - dia 340g, varené vajce 1ks, chlieb/dia D,O,OL,V 50g, čaj-dia 0,3l	AI:1,3,5,6,7,8,9,1
večera-2.	maslo-R,V2 30g, chlieb/dia R,V2 75g	AI:1,3,6,7,8,11,13

*** Sobota 10.01.2026 ***		
raňajky.	biela káva/dia 0,3l, maslo,džem- dia 35g, chlieb/dia R,V2 75g, čaj-dia 0,3l	
desiata.	dia výživa 1ks	
obed.	kalerábová polievka 0,35l, klopsy s rajč.omáčkou-dia 360g(m.160g,s.200g), zemiaky varené-dia 165g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,8,9,11
olovrant.	makovka 1ks	Al:1,3,6,7,8,11,13
večera-1.	jaternice 200g, uhorka sterilizovaná-dia 70g, chlieb/dia D,O,OL,V 50g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,8,10,11
večera-2.	jogurt biely 1ks	Al:7
*** Nedela 11.01.2026 ***		
raňajky.	káva čierna dia 0,3l, maslo-R,V2 30g, chlieb/dia R,V2 75g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	džús 1ks	
obed.	zeleninová polievka 0,35l, debrecínska bravčová peč.-dia 150g(m.72g,s.78g), tarhoňa-dia 95g, obloha-uhorková 20g, čaj-dia 0,3l	Al:1,6,7,9,11
olovrant.	chrumky 1ks	Al:1,5
večera-1.	šunková pena 100g 1ks, chlieb/dia SV 100g, rajčina 1ks, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,8,9,10,
večera-2.	maslo-R,V2 30g, chlieb/dia R,V2 75g	Al:1,3,6,7,8,11,13