

DIA - DIABETICKÁ STRAVA***** Pondelok 09.03.2026 *****

raňajky.	<i>kakao/dia 0,3l, maslo-R,V2 30g, chlieb/dia R,V2 75g, čaj-dia 0,3l</i>	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
desiata.	<i>dia výživa 1ks</i>	
obed.	<i>polievka írsky 250g(m.20g), chlieb/dia D,O,OL,V 50g, kura na šampiňónoch 0,25ks, ryža/dia 95g, čaj-dia 0,3l</i>	Al:1,3,6,7,8,9,11,
olovrant.	<i>pagáč zemiakový 1ks</i>	Al:1,3,6,8,11
večera-1.	<i>fazuľový guláš-dia 380g, chlieb/dia D,O,OL,V 50g, čaj-dia 0,3l</i>	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
večera-2.	<i>syreček-V2 1ks, chlieb/dia R,V2 75g</i>	Al:1,3,6,7,8,11,13

***** Utorok 10.03.2026 *****

raňajky.	<i>čaj-dia 0,3l, maslo-R,V2 30g, saláma-bravčová šunka 100g, chlieb/dia R,V2 75g, paprika pcr 0,5ks</i>	
desiata.	<i>banán 1ks</i>	
obed.	<i>zeleninová pol. s mrveničkou 0,35l, kačica pečená/dia 250g(m.150g,s.100g), kapusta hlávková dusená/dia 150g, zemiaky varené-dia 165g, čaj-dia 0,3l</i>	Al:1,6,9,11
olovrant.	<i>termix 1ks</i>	Al:7
večera-1.	<i>bravčové mäso s mrkvou/dia 214g(m.64g,s.150g), zemiaky šťuchané-dia 165g, čaj-dia 0,3l</i>	Al:1,7
večera-2.	<i>maslo-R,V2 30g, chlieb/dia R,V2 75g</i>	Al:1,3,6,7,8,11,13

***** Streda 11.03.2026 *****

raňajky.	<i>čaj-dia 0,3l, varený párok,horčica 214g, chlieb/dia R,V2 75g</i>	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata.	<i>jogurt biely 1ks</i>	Al:7
obed.	<i>zelerová polievka lisovaná 0,35l, žitavská pochúťka 327g(m.72g,s.60g,p.195g), šalát z čínskej kap.s kuku.-di 120g, čaj-dia 0,3l</i>	Al:1,3,6,7,8,9,11
olovrant.	<i>džús 1ks</i>	
večera-1.	<i>pečenový syr 145g, chlieb/dia SV 100g, rajčina 1ks, čaj-dia 0,3l</i>	Al:1,3,6,7,8,11,13
večera-2.	<i>dia výživa 1ks</i>	

***** Stvrtok 12.03.2026 *****

raňajky.	<i>biela káva/dia 0,3l, eidam tehla na chlieb 1g, maslo-R,V2 30g, chlieb/dia R,V2 75g, red'kovka biela 50g, čaj-dia 0,3l</i>	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	<i>banán 1ks</i>	
obed.	<i>hovädz.pol.s pečeňovou ryžou 0,35l(p.60g), pangasius s brok.a syr.omáčkou 229g(m.119g,s.110g), zemiaky varené-dia 165g, čaj-dia 0,3l</i>	Al:1,3,4,5,6,7,8,9
olovrant.	<i>parížsky rožok-croissant 1ks</i>	Al:1,3,6,7
večera-1.	<i>kuraci perkelt-dia 204g(m.54g,s.150g), cestovina -dia 112,5g, čaj-dia 0,3l</i>	Al:1
večera-2.	<i>vajce/V2, chlieb/dia R,V2 75g</i>	Al:1,3,6,7,8,11,13

***** Piatok 13.03.2026 *****

raňajky.	<i>čaj-dia 0,3l, vajcia na cibul'ke 100g, chlieb/dia R,V2 75g</i>	
desiata.	<i>jablko 1ks</i>	
obed.	<i>zemiaková polievka 0,35l, halušky bryndzové 380g, mlieko kefírové 1ks, čaj-dia 0,3l</i>	Al:1,3,6,7,9,11
olovrant.	<i>tuniaková pomazánka 40g, chlieb/dia D,O,OL,V 50g</i>	Al:1,3,4,6,7,8,11,
večera-1.	<i>tofu v cestíčku 130g, zemiaková kaša-dia 160g, uhorka sterilizovaná-dia 70g, čaj-dia 0,3l</i>	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
večera-2.	<i>maslo-R,V2 30g, chlieb/dia R,V2 75g</i>	Al:1,3,6,7,8,11,13

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

Obdobie: 09.03.2026 - 15.03.2026

Datum t1.: 03.03.2026

Str.:

6

*** Sobota 14.03.2026 ***

raňajky.....	<i>mlieko 0,3l, nátierka syrová s cesnakom 40g, chlieb/dia R,V2 75g, čaj-dia 0,3l</i>	
desiata.....	<i>dia výživa 1ks</i>	
obed.....	<i>krúpová polievka domáca 0,35l, bravč.stehno po juhoslovanke 174g(m.54g,s.120g), ryža/dia 95g, čaj-dia 0,3l</i>	Al:1,6,9,11
olovrant.....	<i>cibuľa/na chlieb 20g, masť/desiata,olovrant,V2 20g, chlieb/dia D,O,OL,V 50g</i>	Al:1,3,6,7,8,11,13
večera-1.....	<i>sekaný prírodný rezeň/dia 240g(m.160g,s.80g), zemiaky šťuchané-dia 165g, čaj-dia 0,3l</i>	Al:1,3,6,7,8,11
večera-2.....	<i>paštéta 48g 1ks, chlieb/dia R,V2 75g</i>	Al:1,3,6,7,8,11,13

*** Nedela 15.03.2026 ***

raňajky.....	<i>čaj-dia 0,3l, varený párok,horčica 214g, chlieb/dia R,V2 75g</i>	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata.....	<i>džús 1ks</i>	
obed.....	<i>slepačia polievka/dia 0,35l(m.12g), bravč.pliecko bratislav.-dia 214g(m.64g,s.150g), cestovina -dia 112,5g, čaj-dia 0,3l</i>	Al:1,6,7,9,11
olovrant.....	<i>chrumky 1ks</i>	Al:1,5
večera-1.....	<i>šalát parížský/vlašský 140g, chlieb/dia SV 100g, čaj-dia 0,3l</i>	Al:1,3,6,7,8,10,11
večera-2.....	<i>jogurt biely 1ks</i>	Al:7