

DIA - DIABETICKÁ STRAVA***** Pondelok 16.03.2026 *****

raňajky.	mlieko 0,3l, maslo-R,V2 30g, chlieb/dia R,V2 75g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	dia výživa 1ks	
obed.	juhočeská kulajda 250g, kuracie prsia plnené 155g(m.90g,s.65g), ryža/dia 95g, obloha-mrkvová 20g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
olovrant.	salámová pomazánka 42g, chlieb/dia D,O,OL,V 50g	Al:1,3,6,7,8,10,11
večera-1.	šošov.a ryža zapek.s mäsom-dia 275g, šalát steril.-dia(čalamáda) 150g, chlieb/dia D,O,OL,V 50g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
večera-2.	syreček-V2 1ks, chlieb/dia R,V2 75g	

***** Utorok 17.03.2026 *****

raňajky.	čaj-dia 0,3l, varený párok,horčica 214g, chlieb/dia R,V2 75g	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata.	jablko 1ks	
obed.	rajčiaková pol.so syrom-dia 35l, kuracie stehná vypraž.-dia 200g, zemiaková kaša-dia 160g, kompót marhulový /dia 100g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
olovrant.	jogurt biely 1ks	Al:7
večera-1.	špagety boloňské-2dia 330g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,9,10
večera-2.	maslo-R,V2 30g, chlieb/dia R,V2 75g	Al:1,3,6,7,8,11,13

***** Streda 18.03.2026 *****

raňajky.	čaj-dia 0,3l, hrianka 167g	
desiata.	banán 1ks	
obed.	hrachová polievka 0,35l, bravčové mäso na smotane-dia 214g(m.64g,s.150g), cestovina -dia 112,5g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
olovrant.	bublanina 55g	Al:1,3,7,13
večera-1.	saláma zelenin.,horčica,žemla 2ks(m.150g,p.7g), čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,8,10,11
večera-2.	dia výživa 1ks	

***** Stvrtok 19.03.2026 *****

raňajky.	biela káva/dia 0,3l, tvarohová pomazánka 62g, chlieb/dia R,V2 75g, red'kovka 1ks, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	jablko 1ks	
obed.	pol. karfiolová so zeleninou 0,25l, roštenka prírodná-dia 183g(m.63g,s.120g), ryža/dia 95g, cviklový šalát-dia 150g, čaj-dia 0,3l	Al:1,7,9
olovrant.	jogurt 1ks	Al:7
večera-1.	peč.zemiaky s maslom,špekačka 450g, chlieb/dia D,O,OL,V 50g, mlieko kefirové 1ks, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
večera-2.	paštéta 48g 1ks, chlieb/dia R,V2 75g	

***** Piatok 20.03.2026 *****

raňajky.	čaj-dia 0,3l, nátierka z tuniaka s mrkvou 40g, chlieb/dia R,V2 75g	Al:1,3,4,6,7,8,11,
desiata.	banán 1ks	
obed.	zemiaková pol.gulášová 0,35l, špenátové halušky so syr.omačk 345g,(s.95g,p.250g), čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,9,11
olovrant.	pletenec syrový 1ks	Al:1,7,11,13
večera-1.	bravč.rebierko na rasci-dia 200g(m.80g,s.120g), zemiaková kaša-dia 160g, obloha-uhorková 20g, čaj-dia 0,3l	Al:1,7
večera-2.	vajce/V2, chlieb/dia R,V2 75g	Al:1,3,6,7,8,11,13

***** Sobota 21.03.2026 *****

raňajky.	kakao/dia 0,3l, džem-dia 40g, chlieb/dia R,V2 75g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
desiata.	dia výživa 1ks	
obed.	polievka cesnakova so zemiakm 0,35l, slovenské rizoto-dia 400g(m.60g), uhorka sterilizovaná-dia 70g, čaj-dia 0,3l	Al:1,6,9,10,11
olovrant.	špaldová kocka 1ks	Al:1,3,6,7,11,13

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

Obdobie: 16.03.2026 - 22.03.2026

Datum tl.: 10.03.2026

Str.: 6

večera-1.	<i>kapust.pol.s klobás-kapustnica 0,5l(m.50g), chlieb/dia D,O,OL,V 50g,</i> <i>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
*** Nedela 22.03.2026 ***		
raňajky.	<i>káva čierna dia 0,3l, škvarková pomazánka 40g, chlieb/dia R,V2 75g,</i> <i>čaj-dia 0,3l</i>	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata.	<i>džús 1ks</i>	
obed.	<i>hov.pol.s cestovinou 0,35l, ázijská kuracia panvica 109g(m.54g,s.55g),</i> <i>ryža/dia 95g, čaj-dia 0,3l</i>	Al:1,6,9,11
olovrant.	<i>dia keks 1ks</i>	Al:1,3,5,7,8
večera-1.	<i>žervé klasik 1ks,(p.90g), chlieb/dia SV 100g, rajčina 1ks,</i> <i>čaj-dia 0,3l</i>	Al:1,3,6,7,8,11,13
večera-2.	<i>jogurt biely 1ks</i>	Al:7