

DIA - DIABETICKÁ STRAVA***** Pondelok 29.06.2026 *****

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.	polievka milánska/dia 250g, ázijská kuracia panvica 109g(m.54g,s.55g), ryža/dia 95g, uhorkový šalát-dia 165g, citronáda-dia 0,25l	Al:1,3,6,7
olovrant.	nanuk 1ks	Al:3,5,7
večera-1.	lečo s vajcom 350g, 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 30.06.2026 *****

raňajky.	čaj-dia 0,3l, varený párok,horčica 214g, zemla standart 2ks	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata.	melon 200g	
obed.	zeleninová polievka domáca 0,35l, roštenka prírodná-dia 183g(m.63g,s.120g), zemiaky opekane-dia 190g(p.190g), šalát z hlávkovej kapusty/dia 150g, sirupová voda 0,3l	Al:1,3,6,9,11
olovrant.	kompót marhulový /dia 100g	
večera-1.	bravč.mäso dusené na póre-dia 160g(m.62g,s.98g), cestovina -dia 112,5g, čaj-dia 0,3l	Al:1
večera-2.	jogurt biely 1ks	Al:7

***** Streda 01.07.2026 *****

raňajky.	biela káva/dia 0,3l, nátierka syrová s cesnakom 40g, chlieb/dia R,V2 75g, paprika pcr 0,5ks, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	banán 1ks	
obed.	hrachová polievka 0,35l, nitrianske bravčové stehno-dia 215g(m.65g,s.150g), cestovina -dia 112,5g, sirupová voda 0,3l	Al:1,3,6,7,8,9,10,
olovrant.	termix 1ks	Al:7
večera-1.	sekaný prírodný rezeň/dia 240g(m.160g,s.80g), zemiaky nové-dia 165g, obloha-rajčinová 20g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11
večera-2.	dia výživa 1ks	

***** Stvrtok 02.07.2026 *****

raňajky.	čaj-dia 0,3l, vajcia na cibul'ke 100g, chlieb/dia R,V2 75g	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	jogurt biely 1ks	Al:7
obed.	fazuľová pol.s údeným bôč.-dia 0,35l(m.13g), kuraci rezeň na šampiňónoch 154g(m.54g,s.100g), ryža/dia 95g, šalát srbský-dia 150g(p.150g), pitná voda 0,3l	Al:1,6,7,9,11
olovrant.	bublanina 55g	Al:1,3,7,13
večera-1.	bravčové mäso na karfirole-dia 214g(m.64g,p.150g), zemiaky nové-dia 165g, čaj-dia 0,3l	Al:1
večera-2.	paštéta 48g 1ks, chlieb/dia R,V2 75g	Al:1,3,6,7,8,11,13

***** Piatok 03.07.2026 *****

raňajky.	kakao/dia 0,3l, eidam tehla plátky 100g, maslo-R,V2 30g, rajčina 1ks, chlieb/dia R,V2 75g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
desiata.	melon 200g	
obed.	tekvicová polievka/dia 0,35l, vyprážený syr 100g, zemiaky opekane-dia 190g(p.190g), kečup 70g, citronáda-dia 0,25l	Al:1,3,7
olovrant.	tuniaková pomazánka 40g, chlieb/dia D,O,OL,V 50g	Al:1,3,4,6,7,8,11,
večera-1.	talienske špagety 320g, čaj-dia 0,3l	Al:1,7
večera-2.	pagáč zemiakový 1ks	Al:1,3,6,8,11

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

Obdobie: 29.06.2026 - 05.07.2026

Datum t.l.: 23.06.2026

Str.: 6

*** Sobota 04.07.2026 ***

raňajky.	<i>biela káva/dia 0,3l, maslo,džem- dia 35g, chlieb/dia R,V2 75g, čaj-dia 0,3l</i>	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	<i>dia výživa 1ks</i>	
obed.	<i>sedliacka polievka 0,35l, sekaná pečienka/dia 160g(m.160g), kapusta hlávková rajč./dia 200g, chlieb/dia D,O,OL,V 50g, čaj-dia 0,3l</i>	Al:1,3,6,7,8,9,11,
olovrant.	<i>masť/desiata,olovrant,V2 20g, cibuľka 1ks, chlieb/dia D,O,OL,V 50g</i>	Al:1,3,6,7,8,11,13
večera-1.	<i>guláš zo syra tofu 180g, tarhoňa-dia 95g, 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 05.07.2026 ***

raňajky.	<i>čaj-dia 0,3l, varený párok,horčica 214g, fitneska 2ks</i>	Al:1,3,6,10,11
desiata.	<i>džús 1ks</i>	
obed.	<i>hov.pol.s cestovinou 0,35l, morčací rezeň prírodný 144g(m.54g,s.90g), ryža/dia 95g, obloha-uhorková 20g, čaj-dia 0,3l</i>	Al:1,6,7,9,11
olovrant.	<i>dia keks 1ks</i>	Al:1,3,5,7,8
večera-1.	<i>osúch chlebový 1ks(,p.200g), mlieko kefirové 1ks, čaj-dia 0,3l</i>	Al:7
večera-2.	<i>jogurt 1ks</i>	