

DIA - DIABETICKÁ STRAVA

*** Pondelok 06.07.2026 ***

raňajky.	mlieko 0,3l, maslo-R,V2 30g, chlieb/dia R,V2 75g, red'kovka biela 50g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.	dia výživa 1ks	
obed.	pol.cícerová so zel.a zemiakmi 250g, kuracie prsia na smotane 174g(m.54g,s.120g), cestovina -dia 112,5g, sirupová voda dia 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
olovrant.	nanuk 1ks	Al:3,5,7
večera-1.	vyprážený sendvič so syrom 190g, zemiaky nové-dia 165g, uhorka sterilizovaná-dia 70g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,8,10,11
večera-2.	špaldová kocka 1ks	Al:1,3,6,7,11,13

*** Utorok 07.07.2026 ***

raňajky.	čaj-dia 0,3l, saláma inovec,horčica,žemla 2ks(m.100g,p.7g)	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata.	marhula 1ks	
obed.	hrstková polievka 0,35l, plnená paprika/dia 340g(m.140g,s.200g), zemiaky nové-dia 165g, citrónada-dia 0,25l	Al:1,3,6,9,11
olovrant.	melon 200g	
večera-1.	hovädzie mäso na hubách-dia 183g(m.63g,s.120g), tarhoňa-dia 95g, čaj-dia 0,3l	Al:1
večera-2.	syreček-V2 1ks, chlieb/dia R,V2 75g	Al:1,3,6,7,8,11,13

*** Streda 08.07.2026 ***

raňajky.	biela káva/dia 0,3l, vajcový krém-jemná nátierka 50g, chlieb/dia R,V2 75g, rajčina 1ks, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata.	nektarinka 1ks	
obed.	polievka z čínskej kapus./dia 0,35l, švédsky rezeň 134(m.54g,s.80g), mrkvový šalát/dia 150g, ryža/dia 95g, pitná voda 0,3l	Al:1,6,7,9,11
olovrant.	jogurt biely 1ks	Al:7
večera-1.	morčac.prsia zapekané so syro 104g(m.54g,s.50g), zemiaky nové-dia 165g, šalát paprikový s rajčiak.-dia 150g, čaj-dia 0,3l	Al:1,7
večera-2.	paštéta 48g 1ks, chlieb/dia R,V2 75g	Al:1,3,6,7,8,11,13

*** Stvrtok 09.07.2026 ***

raňajky.	kakao/dia 0,3l, maslo-R,V2 30g, varené vajce 1ks, saláma-toreádor 50g, rajčina 1ks, chlieb/dia R,V2 75g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
desiata.	jogurt biely 1ks	Al:7
obed.	polievka fazuľová s rezancami 0,33l(p.24g), kuracie stehná vypraž.-dia 200g, zemiaky nové-dia 165g, rajčiakový šalát/dia 150g, sirupová voda dia 0,3l	Al:1,3,6,7,9,11
olovrant.	marhula 1ks	
večera-1.	cestovinový šalát 380g, žemla štandard 1ks, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11
večera-2.	dia výživa 1ks	

*** Piatok 10.07.2026 ***

raňajky.	čaj-dia 0,3l, treska 140g, fitneska 2ks	Al:1,3,4,6,7,10,11
desiata.	melon 200g	
obed.	polievka brokolicová krémová 250g, granatiersky pochod 370g, uhorkový šalát-dia 165g, sirupová voda dia 0,3l	Al:1,7
olovrant.	pletenec syrový 1ks	Al:1,7,11,13
večera-1.	hov.peč.cigánska-dia 213g(m.63g,s.150g), ryža/dia 95g, uhorkový šalát-dia 165g, čaj-dia 0,3l	Al:1
večera-2.	jogurt biely 1ks	Al:7

*** Sobota 11.07.2026 ***

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.	krúpková polievka 0,35l, pražské zemiaky zapečené-dia 400g, obloha-kapustová 70g, pitná voda 0,3l	Al:1,3,6,7,9,11
olovrant.	melon 200g	
večera-1.	tekvicový prívarok-dia 180g, bravčový pečený bôčik/dia 123g(m.78g,s.45g), chlieb/dia D,O,OL,V 50g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
večera-2.	maslo-R,V2 30g, chlieb/dia R,V2 75g	

*** Nedela 12.07.2026 ***

raňajky.	čaj-dia 0,3l, škvarková pomazánka 40g, cibuľa/na chlieb 20g, chlieb/dia R,V2 75g	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata.	džús 1ks	
obed.	slepačia polievka/dia 0,35l(m.12g), bravčové rebierko prírod./dia 185g(m.85g,s.100g), ryža/dia 95g, obloha-uhorková 20g, sirupová voda dia 0,3l	Al:1,6,9,11
olovrant.	dia keks 1ks	Al:1,3,5,7,8
večera-1.	saláma malokarpat.,eidam platk 100g(m.50g,p.50g), rajčina 1ks, chlieb/dia SV 100g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
večera-2.	cottyge syr 180g	Al:7