

DIA - DIABETICKÁ STRAVA

*** Pondelok 07.09.2026 ***		
raňajky.....	mlieko 0,3l, maslo-R,V2 30g, eidam tehla na chlieb 1g, chlieb/dia R,V2 75g, paprika pcr 0,5ks, parížsky rožok-croissant 1ks, džem-dia 40g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.....	dia výživa 1ks	
obed.....	šošovicová polievka/dia 0,35l, kurací perkelt-dia 204g(m.54g,s.150g), halušky-nočky-dia 112,5g, uhorka sterilizovaná-dia 70g, sirupová voda dia 0,3l	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
olovrant.....	tuniaková pomazánka 40g, chlieb/dia D,O,OL,V 50g	Al:1,3,4,6,7,8,11, Al:1
večera-1.....	bravčová pečienka /dia 180g(m.80g,s.100g), zemiaky varené mastené-dia 165g(p.165g), obloha-uhorková 20g, čaj-dia 0,3l	
večera-2.....	syreček-V2 1ks, chlieb/dia R,V2 75g	Al:1,3,6,7,8,11,13
*** Utorok 08.09.2026 ***		
raňajky.....	čaj-dia 0,3l, varený párok,horčica 214g, chlieb/dia R,V2 75g	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata.....	hrozno 200g	
obed.....	polievka brokolicová 250g, bravč.rebierko vyprážané-dia 150g, zemiaky šťuchané-dia 165g, rajčiakový šalát/dia 150g, citronáda-dia 0,25l	Al:1,3,6,7,9,11
olovrant.....	jogurt biely 1ks	Al:7
večera-1.....	kur.prs.zapek.so syr.a brosky 160g(m.110g,s.50g), ryža/dia 95g, čaj-dia 0,3l	Al:1,7
večera-2.....	dia výživa 1ks	
*** Streda 09.09.2026 ***		
raňajky.....	biela káva/dia 0,3l, tvarohová pomazánka 62g, chlieb/dia R,V2 75g, rajčina 1ks, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata.....	jablko 1ks	
obed.....	fazuľová pol.s údeným bôč.-dia 0,35l(m.13g), švédsky rezeň 134(m.54g,s.80g), ryža/dia 95g, šalát z čínskej kapusty-dia 150g, sirupová voda dia 0,3l	Al:1,6,7,9,11
olovrant.....	miláčik 1ks	Al:7
večera-1.....	zemiaky zapekané s mäsom-dia 407g(m.39g), hrozno 200g, čaj-dia 0,3l	Al:3,7
večera-2.....	jogurt biely 1ks	Al:7
*** Stvrtok 10.09.2026 ***		
raňajky.....	mlieko 0,3l, saláma-bravčová šunka 100g, maslo-R,V2 30g, fitneska 2ks, paprika pcr 1ks, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,11
desiata.....	nektarinka 1ks	
obed.....	hov.polievka s celest.rezanca 0,33l, plnená paprika/dia 340g(m.140g,s.200g), zemiaky varené-dia 165g, citronáda-dia 0,25l	Al:1,3,6,7,9,11
olovrant.....	škvarková pomazánka 40g, chlieb/dia D,O,OL,V 50g, cibuľa/na chlieb 20g	Al:1,3,6,7,8,10,11
večera-1.....	bratislavské rizoto 290g, obloha-uhorková 20g, 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
*** Piatok 11.09.2026 ***		
raňajky.....	čaj-dia 0,3l, treska 140g, fitneska 2ks	Al:1,3,4,6,7,10,11
desiata.....	jogurt biely 1ks	Al:7
obed.....	kelová polievka 0,35l, vyprážaný karfiol 250g, zemiaková kaša-dia 160g, uhorkový šalát-dia 165g, sirupová voda dia 0,3l	Al:1,3,6,7,9,11
olovrant.....	perník 80g	Al:1,3,5,7,8,9,10,
večera-1.....	lečo s klobásou-dia 360g(m.50g), chlieb/dia D,O,OL,V 50g, čaj-dia 0,3l	Al:1,3,6,7,8,11,13

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

Obdobie: 07.09.2026 - 13.09.2026

Datum tl.: 01.09.2026

Str.:

6

večera-2.maslo-R,V2 30g, chlieb/dia R,V2 75g

*** Sobota 12.09.2026 ***

raňajky. čaj-dia 0,3l, nátierka z tuniaka s mrkvou 40g, chlieb/dia R,V2 75g, Al:1,3,4,6,7,8,11,
 paprika pcr 0,5ks

desiata. dia výživa 1ks

obed. pol.cícerová so zel.a zemiakmi 250g, čevabčiči-dia 80g(m.80g), Al:1,6,9,10,11
 zemiaky varené masené-dia 165g(p.165g), sirupová voda dia 0,3l

olovrant. banán 1ks

večera-1. guláš uhorský /dia 263g(m.63g,s.200g), chlieb/dia D,O,OL,V 50g, Al:1,3,6,7,8,11,13
 čaj-dia 0,3l

večera-2.maslo-R,V2 30g, chlieb/dia R,V2 75g

*** Nedela 13.09.2026 ***

raňajky. káva čierna dia 0,3l, lučina 1ks, rajčina 1ks, chlieb/dia R,V2 75g, Al:1,3,4,6,7,8,11,
 čaj-dia 0,3l

desiata. džús 1ks

obed. slepačia polievka/dia 0,35l(m.12g), hov.mäso varené-dia 60g(m.60g), Al:1,3,6,7,9,11
 kôprová omáčka-dia 150g, cestovina -dia 112,5g,
 sirupová voda dia 0,3l

olovrant. dia keks 1ks

večera-1. nátierka francúzska LUNTER 1ks, rajčina 1ks, chlieb/dia SV 100g, Al:1,3,5,7,8
 čaj-dia 0,3l Al:1,3,6,7,8,11,13

večera-2. jogurt biely 1ks

Al:7