DIA - DIABETICKÁ STRAVA

***** Pondelok 28.09.2026 *****

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	*zeleninová pol.so zemiakmi 0,35l, bravč.stehno na vieden.spô.dia 214g(m.64g,s.150g), cestovina -dia 112,5g, sirupová voda dia 0,3l*	Al:1,6,7,9,11
olovrant	*paštéková pomazánka 23g, chlieb/dia D,O,OL,V 50g*	Al:1,3,6,7,8,11,13
večera-1	*ázijská kuracia panvica 109g(m.54g,s.55g), ryža/dia 95g, čaj-dia 0,3l*	Al:6
večera-2	*špaldová kocka 1ks*	Al:1,3,6,7,11,13

***** Utorok 29.09.2026 *****

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	*fazuľová pol.s cestovinou 0,35l, hovädzie filé kopaničiar./dia 142g(m.62g,s.80g), zemiaková kaša-dia 160g, šalát srbský-dia 150g(,p.150g), sirupová voda dia 0,3l*	Al:1,6,7,9,11
olovrant	*jogurt biely 1ks*	Al:7
večera-1	*rizoto z bravčového mäsa-dia 340g(m.70g), uhorkový šalát-dia 165g, čaj-dia 0,3l*	
večera-2	*syreček-V2 1ks, chlieb/dia R,V2 75g*	Al:1,3,6,7,8,11,13

***** Streda 30.09.2026 *****

raňajky	*kakao/dia 0,3l, saláma-bravčová šunka 100g, maslo-R,V2 30g, varené vajce 1ks, chlieb/dia R,V2 75g, rajčina 1ks, čaj-dia 0,3l*	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
desiata	*jablko 1ks*	
obed	*juhočeská kulajda 250g, morč.prsia na pražský spôsob 140g(m.70g,s.70g), ryža/dia 95g, šalát uhorkový s rajčiakami-d 160g, citronáda-dia 0,25l*	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
olovrant	*jogurt biely 1ks*	Al:7
večera-1	*gazdovský guláš-dia 300g(m.63g,s.237g), chlieb/dia D,O,OL,V 50g, čaj-dia 0,3l*	Al:1,3,6,7,8,11,13
večera-2	*dia výživa 1ks*	

***** Stvrtok 01.10.2026 *****

raňajky	*čaj-dia 0,3l, syrové toasty 200g*	Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata	*banán 1ks*	
obed	*polievka gazdovská kuracia 280g(m.15g), bravčové rebierko sikulské dia 235g(m.85g,s.150g), zemiaky varené-dia 165g, sirupová voda dia 0,3l*	Al:1,6,7,9,11
olovrant	*sardinková pomazánka 40g, chlieb/dia D,O,OL,V 50g*	Al:1,3,4,6,7,8,11,
večera-1	*guláš zo syra tofu 180g, ryža/dia 95g, čaj-dia 0,3l*	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
večera-2	*paštéta 48g 1ks, chlieb/dia R,V2 75g*	Al:1,3,6,7,8,11,13

***** Piatok 02.10.2026 *****

raňajky	*biela káva/dia 0,3l, nátierka syrová s cesnakom 40g, chlieb/dia R,V2 75g, rajčina 0,5ks, čaj-dia 0,3l*	
desiata	*jablko 1ks*	
obed	*hŕstková polievka 0,35l, rybie filé vyprážané/dia 200g, zemiaková kaša-dia 160g, uhorka sterilizovaná-dia 70g, sirupová voda dia 0,3l*	Al:1,3,4,6,7,9,10,
olovrant	*banán 1ks*	
večera-1	*špenátové halušky so syr.omačk 345g(,s.95g,p.250g), čaj-dia 0,3l*	Al:1,3,6,7,9,11
večera-2	*maslo-R,V2 30g, chlieb/dia R,V2 75g*	Al:1,3,6,7,8,11,13

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

***** Sobota 03.10.2026 *****

raňajky	***kakao/dia 0,3l, maslo,džem- dia 35g, chlieb/dia R,V2 75g, čaj-dia 0,3l***	Al:1,3,5,6,7,8,9,1
desiata	***dia výživa 1ks***	
obed	***polievka mrkvová 250g, bravčové mäso na rošte/dia 95g(m.65g,s.30g), zemiaky opekane-dia 190g(,p.190g), sirupová voda 0,3l***	Al:1,7,10
olovrant	***banán 1ks***	
večera-1	***lečo s ryžou a údeninou-dia 415g, 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 04.10.2026 *****

raňajky	***káva čierna dia 0,3l, salámová pomazánka 42g, chlieb/dia R,V2 75g, paprika pcr 0,5ks, čaj-dia 0,3l***	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata	***džús 1ks***	
obed	***hov.pol.s mäsom a rezancami-di 0,35l(m.31g), kuracie prsia na hrášku 184g(m.0,54g,s.130g), ryža/dia 95g, sirupová voda dia 0,3l***	Al:1,6,7,9,11
olovrant	***chrumky 1ks***	Al:1,5
večera-1	***treska 140g, chlieb/dia SV 100g, čaj-dia 0,3l***	Al:1,3,4,6,7,8,10,
večera-2	***jogurt biely 1ks***	Al:7