DIA - DIABETICKÁ STRAVA

***** Pondelok 19.10.2026 *****

raňajky..... ***mlieko 0,3l, maslo-R,V2 30g, chlieb/dia R,V2 75g, paprika pcr 0,5ks, čaj-dia 0,3l*** Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata..... ***dia výživa 1ks***
obed..... ***sedliacka polievka 0,35l, bravčová pečienka /dia 180g(m.80g,s.100g), kapusta hlávková dusená/dia 150g, zemiaky varené-dia 165g, sirupová voda dia 0,3l*** Al:1,6,7,9,11
olovrant..... ***banán 1ks***
večera-1..... ***zemiak.placky plnené mäsom/dia 300g(m.55g), obloha-z čínskej kapusty 70g, čaj-dia 0,3l*** Al:1,3,7
večera-2..... ***syreček-V2 1ks, chlieb/dia R,V2 75g*** Al:1,3,6,7,8,11,13

***** Utorok 20.10.2026 *****

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..... ***paradajková pol.s ovs.vlo/dia 0,35l, kuracie prsia v cestíčku-dia 125g, zemiaková kaša-dia 160g, šalát mrkvový s ananásom-dia 110g, čaj-dia 0,3l*** Al:1,3,5,6,7,8,9,1
olovrant..... ***jogurt biely 1ks*** Al:7
večera-1..... ***halušky s vajcom 250g, uhorka sterilizovaná-dia 70g, čaj-dia 0,3l*** Al:1,3,10
večera-2..... ***saláma-šunková 50g, chlieb/dia R,V2 75g*** Al:1,3,6,7,8,11,13

***** Streda 21.10.2026 *****

raňajky..... ***biela káva/dia 0,3l, tvarohová pomazánka 62g, chlieb/dia R,V2 75g, rajčina 0,5ks, čaj-dia 0,3l***
desiata..... ***jablko 1ks***
obed..... ***fazuľová pol.s údeným bôč.-dia 0,35l(m.13g), debrecínska bravčová peč.-dia 150g(m.72g,s.78g), ryža/dia 95g, cviklový šalát-dia 150g, čaj-dia 0,3l*** Al:1,6,9,11
olovrant..... ***sardinková pomazánka 40g, chlieb/dia D,O,OL,V 50g*** Al:1,3,4,6,7,8,11,
večera-1..... ***kurac.stehná b.k.peč.na masle 183g(m.108g,s.75g), zemiaková kaša-dia 160g, kompót marhulový /dia 100g, čaj-dia 0,3l*** Al:1,3,5,6,7,8,9,1
večera-2..... ***dia výživa 1ks***

***** Stvrtok 22.10.2026 *****

raňajky..... ***čaj-dia 0,3l, paštéta-R,D,Ol,V2 50g, rajčina 1ks, chlieb/dia R,V2 75g, cottyge syr 180g*** Al:1,3,6,7,8,11,13
desiata..... ***jogurt biely 1ks*** Al:7
obed..... ***hovädz.pol.s pečeňovou ryžou 0,35l(,p.60g), zapekané zemiaky-francúzske 350g, uhorka sterilizovaná-dia 70g, čaj-dia 0,3l*** Al:1,3,6,7,8,9,10,
olovrant..... ***mandarinka 1ks***
večera-1..... ***kelový prívarok 250g, bravčový perkelt/dia 215g(m.65g,s.150g), 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***

***** Piatok 23.10.2026 *****

raňajky..... ***biela káva/dia 0,3l, nátierka mrkvová 41g, chlieb/dia R,V2 75g, paprika pcr 0,5ks, čaj-dia 0,3l***
desiata..... ***banán 1ks***
obed..... ***hrášková pol.krémová 0,35l, hov.pečienka orientálna-dia 200g(m.62g,s.138g), ryža/dia 95g, čaj-dia 0,3l*** Al:1,3,7
olovrant..... ***obložený sendvič 195g, perník 80g*** Al:1,3,5,6,7,8,9,1
večera-1..... ***rybie filé pečené na masle-dia 170g, zemiaková kaša-dia 160g, uhorka sterilizovaná-dia 70g, čaj-dia 0,3l*** Al:1,4,7,10
večera-2..... ***paštéta 48g 1ks, 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 *

Obdobie: 19.10.2026 - 25.10.2026 Datum tl.: 13.10.2026

***** Sobota 24.10.2026 *****

raňajky	***biela káva/dia 0,3l, saláma-bravčová šunka 100g, maslo-R,V2 30g, fitneska 2ks, rajčina 1ks, čaj-dia 0,3l***	Al:1,3,6,7,11
desiata	***dia výživa 1ks***	
obed	***zemiaková pol.s krúpami 0,35l, bravčové mäso v kapuste 213g(m.63g,s.150g), chlieb/dia D,O,OL,V 50g, čaj-dia 0,3l***	Al:1,3,6,7,8,9,11,
olovrant	***pagáč oškvarkový 1ks***	Al:1,3,7,8,11
večera-1	***hubové rizoto 350g, čaj-dia 0,3l***	Al:7
večera-2	***maslo-R,V2 30g, chlieb/dia R,V2 75g***	Al:1,3,6,7,8,11,13

***** Nedela 25.10.2026 *****

raňajky	***čaj-dia 0,3l, varený párok,horčica 214g, žemla standart 2ks***	Al:1,3,6,7,8,10,11
desiata	***džús 1ks***	
obed	***slepačia polievka/dia 0,35l(m.12g), morčací rezeň prírodný 144g(m.54g,s.90g), ryža/dia 95g, kompót marhulový /dia 100g, čaj-dia 0,3l***	Al:1,6,7,9,11
olovrant	***dia keks 1ks***	Al:1,3,5,7,8
večera-1	***šalát parížský/vlašský 140g, chlieb/dia SV 100g, čaj-dia 0,3l***	Al:1,3,6,7,8,10,11
večera-2	***saláma-šunková 50g, chlieb/dia R,V2 75g***	Al:1,3,6,7,8,11,13