## DIA - DIABETICKÁ STRAVA

*** Pondelok 26.10.2026 ***

| | | |
|---|---|---|
| raňajky | *mlieko 0,3l, maslo-R,V2 30g, eidam tehla na chlieb 1g, chlieb/dia R,V2 75g, reďkovka 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, kura pečené /dia 0,25ks, ryža/dia 95g, kompót marhulový /dia 100g, čaj-dia 0,3l* | Al:1,6,7,9,11 |
| olovrant | *drožďová pomazánka 30g, chlieb/dia D,O,OL,V 50g* | Al:1,3,6,7,8,11,13 |
| večera-1 | *kapust.pol.s klobás-kapustnica 0,5l(m.50g), chlieb/dia D,O,OL,V 50g, čaj-dia 0,3l* | Al:1,3,5,6,7,8,9,1 |
| večera-2 | *syreček-V2 1ks, chlieb/dia R,V2 75g* | Al:1,3,6,7,8,11,13 |

*** Utorok 27.10.2026 ***

| | | |
|---|---|---|
| raňajky | *biela káva/dia 0,3l, tvarohová pomazánka 62g, chlieb/dia R,V2 75g, paprika pcr 0,5ks, čaj-dia 0,3l* | |
| desiata | *hrozno 200g* | |
| obed | *polievka z tekvice hokkaidó 250g, vypráž.bravč.rezeň so syr.-dia 110g, zemiaková kaša-dia 160g, mrkvový šalát/dia 150g, čaj-dia 0,3l* | Al:1,3,7 |
| olovrant | *saláma šunková,horč.,žemla/dia 1ks(m.50g,p.7g)* | Al:1,3,6,7,8,10,11 |
| večera-1 | *halušky s kyslou kapustou 450g, čaj-dia 0,3l* | Al:1,3 |
| večera-2 | *jogurt biely 1ks* | Al:7 |

*** Streda 28.10.2026 ***

| | | |
|---|---|---|
| raňajky | *čaj-dia 0,3l, šunková pena 70g, varené vajce 1ks, chlieb/dia R,V2 75g, rajčina 0,5ks* | Al:1,3,6,7,8,11,13 |
| desiata | *banán 1ks* | |
| obed | *zeleninová polievka domáca 0,35l, morčaci paprikáš 184g(m.54g,s.130g), cestovina -dia 112,5g, čaj-dia 0,3l* | Al:1,3,6,7,9,11 |
| olovrant | *parížsky rožok-croisant 1ks* | Al:1,3,6,7 |
| večera-1 | *jaternice 200g, šalát steril.-dia 150g, 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 29.10.2026 ***

| | | |
|---|---|---|
| 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 | *jablko 1ks* | |
| obed | *pol.šampiňónová so zeleninou 250g, hovädzí guláš maďarský 162g(m.52g,s.110g), cestovina -dia 112,5g, čaj-dia 0,3l, zákusok dia* | Al:1,3,6,7,9,11 |
| olovrant | *jogurt biely 1ks* | Al:7 |
| večera-1 | *zemiaky na paprike 450g, opekaná saláma-dia 80g, čaj-dia 0,3l* | Al:1,6,7 |
| večera-2 | *maslo-R,V2 30g, chlieb/dia R,V2 75g* | Al:1,3,6,7,8,11,13 |

*** Piatok 30.10.2026 ***

| | | |
|---|---|---|
| raňajky | *čaj-dia 0,3l, tuniaková pomazánka 40g, chlieb/dia R,V2 75g, rajčina 0,5ks* | Al:1,3,4,6,7,8,11, |
| desiata | *mandarinka 1ks* | |
| obed | *fazuľová polievka kyslá/dia 0,35l, granatiersky pochod 370g, uhorka sterilizovaná-dia 70g, čaj-dia 0,3l* | Al:1,3,5,6,7,8,9,1 |
| olovrant | *termix 1ks* | Al:7 |
| večera-1 | *sotté z kuracích pŕs 134g(m.54g,s.80g), ryža s kukuricou/dia 160g, čaj-dia 0,3l* | Al: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: 26.10.2026 - 01.11.2026 Datum tl.: 20.10.2026 

***** Sobota 31.10.2026 *****

| | | |
|---|---|---|
| raňajky | ***mlieko 0,3l, mozzarella 1ks, chlieb/dia R,V2 75g, rajčina 1ks, čaj-dia 0,3l*** | |
| desiata | ***dia výživa 1ks*** | |
| obed | ***krúpová polievka domáca 0,35l, bravčové mäso na karfiole-dia 214g(m.64g,p.150g), zemiaky šťuchané-dia 165g, čaj-dia 0,3l*** | Al:1,6,7,9,11 |
| olovrant | ***pagáč zemiakový 1ks*** | Al:1,3,6,8,11 |
| večera-1 | ***špagety boloňské-2dia 330g, čaj-dia 0,3l*** | Al:1,3,6,7,9,10 |
| večera-2 | ***maslo-R,V2 30g, chlieb/dia R,V2 75g*** | Al:1,3,6,7,8,11,13 |

***** Nedela 01.11.2026 *****

| | | |
|---|---|---|
| raňajky | ***káva čierna dia 0,3l, varený párok,horčica 214g, chlieb/dia R,V2 75g, 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), ázijská kuracia panvica 109g(m.54g,s.55g), ryža/dia 95g, čaj-dia 0,3l*** | Al:1,6,9,11 |
| olovrant | ***dia keks 1ks*** | Al:1,3,5,7,8 |
| večera-1 | ***lahôdkové vajce 1ks, chlieb/dia SV 100g, čaj-dia 0,3l*** | Al:1,3,6,7,8,10,11 |
| večera-2 | ***jogurt biely 1ks*** | Al:7 |