

Jedálny lístok – Šetriaca 37. týždeň

PONDELOK 7.9.2026

Raňajky: Smotanová nátierka 60g, chlieb graham. 100g, čaj s citrónom 250ml
Desiata: Ovocie 1 ks, čaj k liekom 200ml
Obed polievka: Krúpková polievka 0,33l
Obed hl.jedlo: Kuracie na prírodno, cestovina 80g/0,2l/240g
Olovrant: Paštéta 48g, chlieb 50g, čaj k liekom 200ml
Večera 1.: Pohánková kaša so zemiakmi, mlieko 350g/0,2l
Večera 2.: Plátkový syr 1 ks, mini maslo 1ks, chlieb 50g

UTOROK 8.9.2026

Raňajky: Rožok 2ks, mini maslo 2ks, mini med 20g, mlieko 200ml
Desiata: Ovocie 1 ks, čaj k liekom 200ml
Obed polievka: Krémová polievka z Hokkaido tekvice 0,33l
Obed hl.jedlo: Bravčové prírodné, varené zemiaky, paradajkový šalát bez cibule 80g/240g
Olovrant: Ovocná plúndra 1 ks, čaj k liekom 200ml
Večera 1.: Rolnícke zemiaky 350g
Večera 2.: zelenina 50g, mini maslo 1ks, chlieb graham 60g

STREDA 9.9.2026

Raňajky: Tvarohová nátierka s pažitkou 60g, chlieb 100g, čaj 250ml
Desiata: Ovocie 1 ks, čaj k liekom 200ml
Obed polievka: Slepáči vývar s cestovinou 0,33l
Obed hl.jedlo: Zemiakový prívarok, chlieb 350g/100g
Olovrant: Ovocná presnídávka 1ks, čaj k liekom 200ml
Večera 1.: Cestoviny s bolonskou omáčkou 350g
Večera 2.: Jogurt biely 1 ks, rožok graham 1 ks

ŠTVRTOK 10.9.2026

Raňajky: Diétna šunka 50g, mini maslo 2ks, rožok 2ks, čaj 250 ml
Desiata: Ovocie 1 ks, čaj k liekom 200ml
Obed polievka: Mrkvová polievka 0,33l
Obed hl.jedlo: Bravčové dusené na zelenine, dusená ryža, cvikla 80g/0,2l/240g/100g
Olovrant: Jogurt 1ks, čaj k liekom 200ml
Večera 1.: Zeleninové rizoto, strúh. syr 350/80g
Večera 2.: šunka 50g, mini maslo 1ks, chlieb 50g

PIATOK 11.9.2026

Raňajky: Trojuhol. syr 2ks, cereálna žemľa 2 ks, čaj s citrónom 250ml
Desiata: Ovocie 1 ks, čaj k liekom 200ml
Obed polievka: Zeleninová polievka 0,33l
Obed hl.jedlo: Treska na masle, varené zemiaky, šalát 100g/240g/80g
Olovrant: Perník 1ks, čaj k liekom 200ml
Večera 1.: Cottage 150g, zelenina 50g, chlieb 100g
Večera 2.: Actimel 1ks

SOBOTA 12.9.2026

Raňajky: Šunka hydinová 50g, trojuhol. syr 1ks, chlieb 100g, čaj – bez cukru 200ml
Desiata: Ovocie 1 ks, čaj k liekom 200ml
Obed polievka: Šampiňónová polievka 0,33l
Obed hl.jedlo: Pečené kuracie stehno, dusená ryža, kompót 160g/0,2l/240g/80g
Olovrant: Keks 1ks, čaj k liekom 200ml
Večera 1.: Šunková pena 1ks, mini maslo 1ks, zelenina 50g, chlieb 100g
Večera 2.: Mini maslo 1ks, paradajka 50g, chlieb 50g

NEDEĽA 13.9.2026

Raňajky: Kakaový závin 150g, mlieko 250 ml
Desiata: Ovocie 1 ks, čaj k liekom 200ml
Obed polievka: Slepáčia polievka 0,33l
Obed hl.jedlo: Brav. čevapčiči, varené zemiaky 100g/240g
Olovrant: Detská výživa 1 ks
Večera 1.: Falošná treska (mrkva, tvaroh) 140g, chlieb 100g
Večera 2.: Paštéta 48g, chlieb 50g