

JEDÁLNY LÍSTOK od 3.8.2020 do 9.8.2020 ARCHA

Dátum	Deň		diéta č. 3 - racionálna	diéta č. 9 - diabetická	diéta č.4 - šetriaca
pondelok, 3. august 2020	PONDELOK	Raňajky	100g chlieb,50g šunková nát,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,50g šunková nát,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,50g šunková nát,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	polievka zelerová-3dcl,kuracie kúsky,anglická zel.zemiaky/200g/100g/1,3,7-/UA/	polievka zelerová-3dcl,kuracie kúsky,anglická zel.zemiaky/200g/100g/1,3,7-/UA/	polievka zelerová-3dcl,kuracie kúsky,anglická zel.zemiaky/200g/100g/1,3,7-/UA/
		Olovrant	olov.pečivo 1 ks	olov.pečivo 1 ks	olov.pečivo 1 ks
		Večera	makové rezance 300g/1,3,7	makové rezance 300g/1,3,7	kakaové rezance 300g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb bevit,30g nátierkové maslo/1,3,7	
utorok, 4. august 2020	UTOROK	Raňajky	100g chlieb,syr ks,maslo,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,syr ks,maslo,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,syr ks,maslo,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie 1ks	ovocie 1ks	ovocie 1ks
		Obed	polievka kalerábová 3dcl-živánská na pekáči so zemiakmi,šalát/100g/200g/1,3,7/DE/	polievka kalerábová 3dcl-živánská na pekáči so zemiakmi,šalát/100g/200g/1,3,7/DE/	polievka mrkvová 3dcl-živánská na pekáči so zemiakmi,šalát/100g/200g/1,3,7/DE/
		Olovrant	detská výživa/1,3	detská výživa/1,3	detská výživa/1,3
		Večera	zeleninové rizoto,cvikla/300g/1,3,7	zeleninové rizoto,cvikla/300g/1,3,7	zeleninové rizoto,cvikla/300g/1,3,7
				50g chlieb bevit,syr ks/1,3,7	
streda, 5. august 2020	STREDA	Raňajky	čaj 0,2l,100g vianočka,nutelová nát /1,3,7	čaj 0,2l,100g vianočka,džem,maslo/1,3,7	čaj 0,2l,100g vianočka,nutelová nát /1,3,7
		Desiata	ovocie 1ks	ovocie 1ks	ovocie 1ks
		Obed	polievka zeleninová s cestovinou-3dcl,maďarský guláš,knedla -100 g/160g/1,3,7,DK/	polievka zeleninová s cestovinou-3dcl,maďarský guláš,knedla -100 g/160g/1,3,7,DK/	polievka zeleninová s cestovinou-3dcl,dietny guláš,cestovina -100 g/160g/1,3,7,DK/
		Olovrant	croissant 1 ks	croissant 1 ks	croissant 1 ks
		Večera	špenát,vajce,zemiaky 300g/1,3,7	špenát,vajce,zemiaky 300g/1,3,7	špenát,vajce,zemiaky 300g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb bevit,paštika 1 ks/1,3,7	
štvrtok, 6. august 2020	ŠTVRTOK	Raňajky	100g chlieb,50g sardínková nát,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,50g sardínková nát,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,50g sardínková nát,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie 1ks	ovocie 1ks	ovocie 1ks
		Obed	polievka paradajková 3dcl, vyprášaný karfiol,varené zemiaky,tat.om./120g/200g/1,3,7	polievka paradajková 3dcl, vyprášaný karfiol,varené zemiaky,tat.om./120g/200g/1,3,7	polievka paradajková 3dcl, rybie filé na prírodno,zemiaky/100g/200g/1,3,4,7
		Olovrant	napolitánka 1 ks /1,3,7	napolitánka 1 ks /1,3,7	napolitánka 1 ks /1,3,7
		Večera	kuracie soté,cestovina/100g/200g/1,3,7/UA/	kuracie soté,cestovina/100g/200g/1,3,7/UA/	kuracie soté,cestovina/100g/200g/1,3,7/UA/
		II Večera		50g chlieb bevit,20g saláma/1,3,7	
piatok, 7. august 2020	PIATOK	Raňajky	100g chlieb,50g syr tvrdý,maslo1 ks,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,50g syr tvrdý,maslo1 ks,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,50g syr tvrdý,maslo1 ks,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie 1ks	ovocie 1ks	ovocie 1ks
		Obed	polievka zel.gulášová 3dcl,ovocná žemlovka 300g/1,3,7	polievka zel.gulášová 3dcl,ovocná žemlovka 300g/1,3,7	polievka zel.gulášová 3dcl,ovocná žemlovka 300g/1,3,7
		Olovrant	olov.pečivo /1,3,7	olov.pečivo /1,3,7	olov.pečivo /1,3,7
		Večera	mletý rezeň,zemiaky,mrkvový šalát/100g/200g/1,3,7	mletý rezeň,zemiaky,mrkvový šalát/100g/200g/1,3,7	mletý rezeň,zemiaky,mrkvový šalát/100g/200g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb bevit,maslo1 ks/1,3,7	
sobota, 8. august 2020	SOBOTA	Raňajky	100g chlieb,50g šunková pena,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,50g šunková pena,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,50g šunková pena,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie 1ks	ovocie 1ks	ovocie 1ks
		Obed	polievka krúpová 3dcl,kuracie pečienky,ryža /100g/200g/1,3,7/SK/	polievka krúpová 3dcl,kuracie pečienky,ryža /100g/200g/1,3,7/SK/	polievka krúpová 3dcl,kuracie na pretlaku,ryža /100g/200g/1,3,7/SK/
		Olovrant	detská výživa 1 ks	detská výživa 1 ks	detská výživa 1 ks
		Večera	zemiaky na paprike s párkom,kyslá uhor. 300g/1,3,7	zemiaky na paprike s párkom,kyslá uhor. 300g/1,3,7	zemiaky na paprike s párkom,cvikla 300g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb bevit,30g nátierkové maslo/1,3,7	
nedeľa, 9. august 2020	NEDEĽA	Raňajky	0,2dcl čaj, 100g makovka,džemová nát./1,3,7	0,2dcl čaj, 100g makovka,džemová nát./1,3,7	0,2dcl čaj, 100g makovka,džemová nát./1,3,7
		Desiata	ovocie 1ks	ovocie 1ks	ovocie 1ks
		Obed	polievka slepačia-3dcl,kuracie stehná pečené,zemiaky,kompot/220g/200g/1,3,7/SK/	polievka slepačia-3dcl,kuracie stehná pečené,zemiaky,kompot/220g/200g/1,3,7/SK/	polievka slepačia-3dcl,kuracie stehná pečené,zemiaky,kompot/220g/200g/1,3,7/SK/
		Olovrant	zakusok 1ks/1,3,7	dia zakusok 1ks/1,3,7	zakusok 1ks/1,3,7
		Večera	cestoviny s vajcom,školský šalát 300g/1,3,7	cestoviny s vajcom,školský šalát 300g/1,3,7	cestoviny s vajcom,školský šalát 300g/1,3,7
		II Večera		chlieb bevit 50g,syr trojuholník 1ks/1,3,7	

1-obilniny obsahujúce lepok,2-kôrovce a výrobky z nich,3-vajcia a výrobky z nich,4-ryby a výrobky z nich,5-aráridy a výrobky z nich,6-sójové zrná a výrobky z nich/tofu syr/

7-mlieko a výrobky z neho,8-orechy/mandle,lieskové orechy,vlašské orechy,kešu,pekanové orechy,para orechy,pistácie,makadamové orechy a queenslandské orechy/

9-zeler,10-horčica,11-sézamové semená,12-oxid siričitý a siričitany v koncentráciách vyšších ako 10mb/kg alebo 10 ml/l,13-vičí bôb,14-mäkkýše