

JEDÁLNY LÍSTOK od 30.8.2021 do 5.9.2021 ARCHA

Dátum	Deň		diéta č. 3 - racionálna	diéta č. 9 - diabetická	diéta č.4 - šetriaca
pondelok, 30. august 2021	PONDELOK	Raňajky	100g chlieb,oškarková nát,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,oškarková nát,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,saláma,maslo,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie 1ks	ovocie 1ks	ovocie 1ks
		Obed	polievka lúsková 3dcl,bravčové na špan.spôsob,ryža 100g/200g/1,3,7/SK/	polievka lúsková 3dcl,bravčové na špan.spôsob,ryža 100g/140g/1,3,7/SK/	polievka lúsková 3dcl,bravčové na špan.spôsob,ryža 100g/200g/1,3,7/SK/
		Olovrant	olov.pečivo /1,3,7	olov.pečivo /1,3,7	olov.pečivo /1,3,7
		Večera	tvarohové rezance 300g/1,3,7	tvarohové rezance 300g/1,3,7	tvarohové rezance 300g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb bevit,30g nátierkové maslo/1,3,7	
utorok, 31. august 2021	UTOROK	Raňajky	100g chlieb,sardinková nát.,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,sardinková nát.,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,sardinková nát.,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie 1ks	ovocie 1ks	ovocie 1ks
		Obed	polievka paradajková -3dcl -bravčová krkovička pečená,zemiaky,šalát/100g/200g/1,3,7/SK/	polievka paradajková -3dcl -bravčová krkovička pečená,zemiaky,šalát/100g/200g/1,3,7/SK/	polievka paradajková -3dcl -bravčová krkovička pečená,zemiaky,šalát/100g/200g/1,3,7/SK/
		Olovrant	jogurt ovocný 1 ks/1,3,7	jogurt biely 1 ks/1,3,7	jogurt ovocný 1 ks/1,3,7
		Večera	bratislavské rizoto,šalát /300g/1,3,7	bratislavské rizoto,šalát /300g/1,3,7	bratislavské rizoto,šalát /300g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb bevit,saláma/1,3,7	
streda, 1. september 2021	STREDA	Raňajky	biela káva 0,2l,kakaový závin 100g /1,3,7	biela káva 0,2l,makovka ,50g džemová nát. /1,3,7	biela káva 0,2l,kakaový závin 100g /1,3,7
		Desiata	ovocie 1ks	ovocie 1ks	ovocie 1ks
		Obed	polievka zeleninová s cestovinou-3dcl,madarský guláš,knedla/100g/160g/DK/1,3,7	polievka zeleninová s cestovinou-3dcl,madarský guláš,cestovina/100g/200g/DK/1,3,7	polievka zeleninová s cestovinou-3dcl,dietný guláš,cestovina/100g/200g/DK/1,3,7
		Olovrant	olov.pečivo 1 ks /1,3,7	olov.pečivo 1 ks /1,3,7	olov.pečivo 1 ks /1,3,7
		Večera	krupicová kaša s posýpkou 300g/1,3,7	krupicová kaša s dia posýpkou 300g/1,3,7	krupicová kaša s posýpkou 300g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb bevit,paštika 1 ks/1,3,7	
štvrtok, 2. september 2021	ŠTVRTOK	Raňajky	100g chlieb,paštika 1 ks,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,paštika 1 ks,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,paštika 1 ks,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	polievka mrkvová s ryžou 3dcl,vyprázaný karfiol,zemiaky,tat.om. 150g/200g/1ks/1,2,3	polievka mrkvová s ryžou 3dcl,vyprázaný karfiol,zemiaky,tat.om. 150g/200g/1ks/1,2,3	polievka mrkvová s ryžou 3dcl,zapekaný karfiol,zemiaky, 150g/200g/1ks/1,2,3
		Olovrant	napolitánka 1 ks /1,3,7	dia napolitánka 1 ks /1,3,7	napolitánka 1 ks /1,3,7
		Večera	kuracie na hrášku,slov.ryža /100g/200g/1,3,7	kuracie na hrášku,slov.ryža /100g/200g/1,3,7	kuracie na hrášku,slov.ryža /100g/200g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb bevit,1ks syr/1,3,7	
piatok, 3. september 2021	PIATOK	Raňajky	100g chlieb,syrová nát.paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,syrová nát.paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,syrová nát.paradajka,0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie 1ks	ovocie 1ks	ovocie 1ks
		Obed	polievka gulášová 3dcl,ovocná žemlovka /300g/1,3,7	polievka gulášová 3dcl,ovocná dia žemlovka /300g/1,3,7	polievka gulášová 3dcl,ovocná žemlovka /300g/1,3,7
		Olovrant	detská výživa/1,3,7	dia detská výživa/1,3,7	detská výživa/1,3,7
		Večera	rybie filé v holandskej omáčke,zemiaky/120g/200g/1,3,7	rybie filé v holandskej omáčke,zemiaky/120g/200g/1,3,7	rybie filé v holandskej omáčke,zemiaky/120g/200g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb bevit,10g maslo/1,3,7	
sobota, 4. september 2021	SOBOTA	Raňajky	100g chlieb,50g šunková nátierka,25g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,50g šunková nátierka,25g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,50g šunková nátierka,25g paradajka,0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie 1ks	ovocie 1ks	ovocie 1ks
		Obed	polievka brokolicová -3dcl,bravčový stroganov,ryža /100g/200g/SK/	polievka brokolicová -3dcl,bravčový stroganov,ryža /100g/200g/SK/	polievka brokolicová -3dcl,bravčový stroganov,ryža /100g/200g/SK/
		Olovrant	croissant 1 ks/1,3,7	dia croissant 1 ks/1,3,7	croissant 1 ks/1,3,7
		Večera	zemiakový privarok,vajce,chlieb 300g/ 1,3,7	zemiakový privarok,vajce,chlieb 300g/ 1,3,7	zemiakový privarok,vajce,chlieb 300g/ 1,3,7
		II Večera		50g chlieb bevit,30g nátierkové maslo/1,3,7	
nedeľa, 5. september 2021	NEDEĽA	Raňajky	mlieko 0,2l, 120g bábovka ,čaj/1,3,7	mlieko 0,2l, graham,dia džem,maslo,čaj/1,3,7	mlieko 0,2l, 120g bábovka ,čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie 1ks	ovocie 1ks	ovocie 1ks
		Obed	polievka slepačia-3dcl, kuracie prsia v cestičku,zemiaky,šalát/100g/200g/1,3,7/SK	polievka slepačia-3dcl, kuracie prsia v cestičku,zemiaky,šalát/100g/200g/1,3,7/SK	polievka slepačia-3dcl, kuracie prsia na prírodno,zemiaky,šalát/100g/200g/1,3,7/SK
		Olovrant	zakusok 1ks/1,3,7	dia zakusok 1ks/1,3,7	zakusok 1ks/1,3,7
		Večera	100gchlieb,šunková pena 1 ks,redkovka /1,3,7	100gchlieb,šunková pena 1 ks,redkovka /1,3,7	100gchlieb,šunková pena 1 ks,redkovka /1,3,7
		II Večera		chlieb,maslo/1,3,7	

1-obilniny obsahujúce lepek,2-kôrovce a výrobky z nich,3-vajcia a výrobky z nich,4-ryby a výrobky z nich,5-arašidy a výrobky z nich,6-sojové 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/1,13-vlčí bôb,14-máčkyše