

JEDÁLNY LÍSTOK od 21.11.2022 do 27.11.2022 ARCHA

Dátum	Deň		diéta č. 3 - racionálna	diéta č. 9 - diabetická	diéta č.4 - šetriaca
pondelok, 21. november 2022	PONDELOK	Raňajky	100g chlieb,50g oškvarková nát.,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,50g oškvarková nát.,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,50g šunka,maslo,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie 1ks	ovocie 1ks	ovocie 1ks
		Obed	polievka špenátová 3dcl,kuracie kúsky,anglická zelenina,zemiaky/100g/200g/SK/1,3,7	polievka špenátová 3dcl,kuracie kúsky,anglická zelenina,zemiaky/100g/200g/SK/1,3,7	polievka špenátová 3dcl,kuracie kúsky,anglická zelenina,zemiaky/100g/200g/SK/1,3,7
		Olovrant	napolitánka 1 ks/1,3,7	dia napolitánka 1 ks/1,3,7	napolitánka 1 ks/1,3,7
		Večera	tvorohové rezance /300g/1,3,7	tvorohové rezance /300g/1,3,7	tvorohové rezance /300g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb bevit,jogurt/1,3,7	
utorok, 22. november 2022	UTOROK	Raňajky	100g chlieb,syr 1 ks,maslo 2 ks,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	50g chlieb,syr 1 ks,maslo 2 ks,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,syr 1 ks,maslo 2 ks,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie 1ks	ovocie 1ks	ovocie 1ks
		Obed	polievka frankfurtská 3dcl,-koložvárska kapusta,zemiaky/100g/200g/SK/1,3,7	polievka frankfurtská 3dcl,-koložvárska kapusta,zemiaky/100g/200g/SK/1,3,7	polievka frankfurtská 3dcl,-kuracie na prírodno,zemiaky/100g/200g/SK/1,3,7
		Olovrant	perník 1ks/1,3,7	dia perník 1ks/1,3,7	perník 1 ks /1,3,7
		Večera	rizoto s kuracím mäsom,cvikla/300g/	rizoto s kuracím mäsom,cvikla/300g/	rizoto s kuracím mäsom,cvikla/300g/
		II Večera		50g chlieb bevit,20g maslo/1,3,7	
streda, 23. november 2022	STREDA	Raňajky	kakao,makovka,maslo,džem,0,2dl čaj/1,3,7	kakao,makovka,maslo,dia džem,0,2dl čaj/1,3,7	kakao,makovka,maslo,džem,0,2dl čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie 1ks	ovocie 1ks	ovocie 1ks
		Obed	polievka zeleninová s cestovinou -bravčové hamburské,knedla/100g/160g/1,3,7,/SK/	polievka zeleninová s cestovinou -bravčové hamburské,cestovina/100g/200g/1,3,7,/SK/	polievka zeleninová s cestovinou -bravčové hamburské,cestovina/100g/200g/1,3,7,/SK/
		Olovrant	olov.pečivo 1 ks /1,3,7	celozrnné olov.pečivo 1 ks /1,3,7	olov.pečivo 1 ks /1,3,7
		Večera	granadír,šalát/300g/1,3,7	granadír,šalát/300g/1,3,7	granadír,šalát/300g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb bevit,1ks paštika/1,3,7	
štvrtok, 24. november 2022	ŠTVRTOK	Raňajky	100g chlieb,50g mäsová nátierka,50g uhorka,0,2l čaj/1,3,7	50g chlieb,50g mäsová nátierka,50g uhorka 0,2l diačaj/1,3,7	100g chlieb,50g eidam,maslo,0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie	ovocie	ovocie
		Obed	polievka paradajková -3dcl,vyprázaný karfiol,zemiaky,tat.om. /150g/200g/1,3,7	polievka paradajková -3dcl,vyprázaný karfiol,zemiaky,tat.om. /150g/200g/1,3,7	polievka paradajková -3dcl,zapekaný karfiol,zemiaky, /150g/200g/1,3,7
		Olovrant	detská výživa /1,3,7	dia detská výživa /1,3,7	detská výživa /1,3,7
		Večera	morčacie na zelenine,ryža /100g/200g/1,3,7/SK/	morčacie na zelenine,ryža/100g/200g/1,3,7/SK/	morčacie na zelenine,ryža/100g/200g/1,3,7/SK/
		II Večera		50g chlieb bevit,maslo/1,3,7	
piatok, 25. november 2022	PIATOK	Raňajky	100g chlieb,50g tuniaková nát,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,50g tuniaková nát,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,50g tuniaková nát,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie 1ks	ovocie 1ks	ovocie 1ks
		Obed	polievka hrachová s párkom 3dcl-ryžový nákyp s lesným ovocím/300g/1,3,7	polievka hrachová s párkom 3dcl-ryžový nákyp s lesným ovocím/300g/1,3,7	polievka zeleninová 3dcl-ryžový nákyp s lesným ovocím/300g/1,3,7
		Olovrant	jogurt 1 ks /1,3,7	dia jogurt/ 1 ks /1,3,7	jogurt 1 ks /1,3,7
		Večera	hovädzie rezančky na fazulkách,zemiaky 1,3,7/SK/	morčacie na zelenine,zemiaky /100g/200g/1,3,7/SK/	morčacie na zelenine,zemiaky /100g/200g/1,3,7/SK/
		II Večera		50g chlieb bevit,1ks tavený syr/1,3,7	
sobota, 26. november 2022	SOBOTA	Raňajky	100g chlieb,paštika,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,paštika,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7	100g chlieb,paštika,50g paradajka,0,2l čaj/1,3,7
		Desiata	ovocie 1ks	ovocie 1ks	ovocie 1ks
		Obed	polievka krúpová-3dcl,sedliacké bravčové,slov.ryža/100g/200g/1,3,/SK/	polievka krúpová-3dcl,sedliacké bravčové,slov.ryža/100g/200g/1,3,/SK/	polievka krúpová-3dcl,bravčové na prírodno,slov.ryža/100g/200g/1,3,/SK/
		Olovrant	croissant 1 ks /1,3,7	dia croissant 1 ks /1,3,7	croissant 1 ks /1,3,7
		Večera	tekvicový prívarok,vajce,chlieb/300g/1,3,7	tekvicový prívarok,vajce,chlieb/300g/1,3,7	tekvicový prívarok,vajce,chlieb/300g/1,3,7
		II Večera		50g chlieb bevit,30g nátierkové maslo/1,3,7	
nedela, 27. november 2022	NEDEĽA	Raňajky	mlieko 0,2l,višňová mriežka 2 ks,čaj /1,3,7	dia kakao 0,2l, 2ks graham rohlík,20g maslo,20g dia džem/1,3,7	mlieko 0,2l,višňová mriežka 2 ks,čaj /1,3,7
		Desiata	ovocie 1ks	ovocie 1ks	ovocie 1ks
		Obed	polievka slepačia-3dcl,kuracie v cestíčku,zemiaky,šalát/100g/200g/60g/1,3,7/SK/	polievka slepačia-3dcl,kuracie v cestíčku,zemiaky,šalát/100g/200g/60g/1,3,7/SK/	polievka slepačia-3dcl,kuracie na prírodno,zemiaky,šalát/100g/200g/60g/1,3,7/SK/
		Olovrant	zakusok 1ks/1,3,7	dia zakusok 1ks/1,3,7	zakusok 1ks/1,3,7
		Večera	100gchlieb,100gsaláma,maslo ,paradajka 50g/1,3,7	100gchlieb,100gsaláma,maslo ,paradajka 50g/1,3,7	100gchlieb,100gsaláma,maslo ,paradajka 50g/1,3,7
		II Večera		chlieb bevit 50g,1ks syr/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-arašidy 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-vlčí bôb,14-makkýše