

Jedásky lístok - špeciálne diéty

11.03-17.03.2024

Pondelok (11.03):

Polievka špenátová s vajcom	
DIÉTA (špenát, mlieko, smotana, vajce)	1, 3, 7
2, 4, 9 Bravčové na hrášku, zemiaky, cviklový šalát, čaj	
(bravčové stehno, hrášok, cvikla, ocot)	1, 12
Polievka rascová s vajcom	
BLP. (vajcia, rasca)	3
Bravčové dusené s kelom, zemiaky, jablko, čaj	
(bravčové stehno, masť, údená slanina, cibuľa, kel)	
Polievka rascová s vajcom	
HIT. (vajcia, rasca, krupica hrubá)	
Bravčové pečené na cesnaku, zemiaky, cviklový šalát, jablko, čaj	
(bravčová krkovička, cesnak, čerstvá cvikla, cukor, ocot)	1

Utorok (12.03):

Polievka kariolová, lievanka	
DIÉTA (karfiol, krupica hrubá, vajcia)	1, 3
2, 4, 9 Bravčové záhradnícke, ryža, jablko	
(bravčové stehno, mrkva, petržlen, hrášok)	1, 12
Polievka kalerábová s BLP závarkou	
BLP. (kaleráb, mrkva, polievkové cestoviny BLP)	3
Hovädzia viedenská rožtenka, opekané zemiaky, kapustový šalát, pomaranč, čaj	
(hovädzia rožtenka, cibuľa, hlávková kapusta, mrkva, cukor, ocot)	
Polievka kalerábová s lievankou	
HIT. (kaleráb, mrkva, krupica hrubá, vajcia)	1, 3
Hovädzia viedenská rožtenka, opekané zemiaky, kapustový šalát, pomaranč, čaj	
(hovädzia rožtenka, cibuľa, hlávková kapusta, mrkva, cukor, ocot)	1

Streda (13.03):

Polievka rascová s vajcom	
DIÉTA (zeleninový vývar, krupica hrubá, vajcia)	1, 3
2, 4, 9 Bravčové na zelenine, zemiaky	
(bravčové stehno, hrášok, brokolica, karfiol, mrkva)	1, 12
Polievka paradajková so syrom	
BLP. (paradajkový pretlak, cukor, syr tehla)	7, 12
Kuracie stehná na kanadský spôsob, ryža, kompot broskyňový, banán, čaj	
(kuracie stehná, BLP múka, olej, cesnak, cibuľa)	
Polievka hrášková, lievanka	
HIT. (hrášok, krupica hrubá, vajcia, zeleninový vývar)	1, 3, 12
Bravčové na cesnaku, ryža, mrkvový šalát, jablko, čaj	
(bravčové stehno, cesnak, mrkva, cukor, ocot)	1

Štvrtok (14.03):

Polievka hovädzia, pečeňové halušky		
DIÉTA (čerstvá zelenina: kaleráb, mrkva, petržlen, zeler, vývar hovädzí, bravčová pečeň, hrubá krupica, vajce)		1, 3, 9
2, 4, 9 Bravčové soté, ryža, mrkvový šalát, jablko		
(bravčové stehno, kukurica, hríby, kečup, mrkva)		1, 12
Polievka slepačia s BLP závarkou		
BLP. (slepačí bujón, mrkva, petržlen, zeler, kaleráb, BLP niťovky)		9
Prírodné bravčové plátky, dusená zelenina, ryža, mandarinka, čaj		
(bravčové karé, mrkva, fazuľové struhy, brokolica, karfiol, kukurica)		
Polievka hovädzia, niťovky		
HIT. (vývar hovädzí, mrkva, petržlen, zeler, kaleráb)		1, 3, 9
Bravčové na masle, ryža, kapustový šalát, jablko, nápoj		
(bravčové stehno, maslo, hlávková kapusta, mrkva, cukor, ocot)		1, 7

Piatok (15.03):

Polievka brokolicová krémová, chlebové krutóny		
DIÉTA (brokolicia, mlieko, smotana)		1, 7
2, 4, 9 Bravčové zamagurské, cestoviny, jablko		
(bravčové stehno, saláma mäkká, mrkva, petržlen, zeler, hrášok, mlieko, smotana)		1, 3, 7, 12
Polievka gulášová, BLP chlieb		
BLP. (bravčové pliecko, mrkva, petržlen, zeler, cesnak, paradajkový pretlak, BLP múka, droždie)		6, 9
Vyprážaná tilapia, zemiaky, cviklový šalát, BLP napolitánka, čaj		
(filety tilapia, BLP múka, vajcia, olej, čerstvá cvikla, cukor, ocot)		3, 4
Polievka zemiaková s majoránkou		
HIT. (mrkva, petržlen, zeler, kaleráb, zemiaky, majoránka)		1, 9
Vyprážaný rezeň, zemiaky, cviklový šalát, jablko, čaj		
(bravčové karé, strúhanka, vajcia, olej, múka, čerstvá cvikla, cukor, ocot)		1, 3

Sobota (16.03):

Polievka kalerábová, lievanka		
DIÉTA (kaleráb, mrkva, zeleninový vývar, krupica hrubá, vajcia)		1, 3
2, 4, 9 Bravčové na mrkve, slovenská ryža, mrkvový šalát		
(bravčové stehno, mrkva)		1, 3
Polievka kalerábová s BLP závarkou		
BLP. (čerstvá zelenina: mrkva, kaleráb, BLP polievkové cestoviny)		9
Kuracie stehná na kyslej kapuste, zemiaky, čaj		
(kuracie stehná, kyslá kapusta, slanina)		12
Polievka kalerábová, lievanka		
HIT. (kaleráb, mrkva, zeleninový vývar, múka hrubá, vajcia)		1, 3
Bravčové na mrkve, slovenská ryža, mrkvový šalát, čaj		
(bravčové stehno, čerstvá mrkva, cukor, ocot)		1, 3

Nedela (17.03):

Polievka hovädzia, niťovky	
DIEŤA (čerstvá koreňová zelenina: mrkva, petržlen, zeler, kaleráb, vývar hovädzí, polievkové cestoviny)	9
2, 4, 9 Pečené kuracie stehná, ryža, kompot, nápoj	
(kuracie stehná, olej, kompot broskyňový/ DIA kompot)	1
Polievka hovädzia, BLP zavarka	
BLP. (hovädzí vývar, čerstvá zelenina: mrkva, petržlen, zeler, kaleráb)	9
Vyprážaný rezeň v cestíčku, zemiakové pyré, cviklový šalát, čaj	
(bravčové karé, cestíčko: zemiaky, vajcia, BLP múka, čerstvá cvikla, cukor, ocot)	3
Polievka hovädzia, niťovky	
HIT. (čerstvá koreňová zelenina: mrkva, petržlen, zeler, kaleráb, vývar hovädzí, polievkové cestoviny)	1, 3, 9
Vyprážaný rezeň v cestíčku, zemiakové pyré, cviklový šalát, čaj	
(bravčové karé, cestíčko: zemiaky, vajcia, hladká múka, čerstvá cvikla, cukor, ocot)	1, 3, 7

Renáta Oláhová

Nutričná terapeutka

Ing. Alžbeta Hercegová

Vedúca nutričná terapeutka OLVaS

Dušan Zakalata

Vedúci zmeny

Zoznam alergénov:

- 1) **obiliny** obsahujúce lepok (pšenica, raž, jačmeň, ovoš, špalda, kamut alebo ich hybridné odrody)
- 2) **kôrovce** a ich výrobky
- 3) **vajcia** a výrobky z nich
- 4) **ryby** a výrobky z nich
- 5) **arašídy** a výrobky z nich
- 6) **sójové zrná** a výrobky z nich
- 7) **mlieko** a výrobky z neho, vrátane laktózy
- 8) **orechy** (mandle, lieskové orechy, vlašské orechy, kešu, pekanové orechy, para orechy, pistácie makadamové orechy, queens. orechy a výrobky z nich)
- 9) **zeler** a výrobky z neho
- 10) **horčica** a výrobky z nej
- 11) **sezamové semená** a výrobky z nich
- 12) **oxid siričitý a siričitan** v koncentrácií vyšších ako 10 mg/kg alebo 10 mg/l
- 13) **vlčí bôb** a výrobky z nich
- 14) **mäkkýše** a výrobky z nich