

Jedásky lístok - špeciálne diéty

18.03-24.03.2024

Pondelok (18.03):

Polievka zeleninová, lievanka	
DIÉTA (vývar zeleninový, mrkva, petržlen, zeler, kaleráb, krupica hrubá, vajcia)	1, 3
2, 4, 9 Bravčové na bazalke, ryža, mrkvový šalát, jablko, čaj	
(bravčové stehno, bazalka, mrkva, cukor, ocot)	1
Polievka šampiňónová krémová	
BLP. (šampiňóny, zemiaky, mlieko, smotana)	7
Bravčová sedliacka kapsa, ryža, sterilizovaná uhorka, jablko, čaj	
(bravčové karé, slanina oravská, klobása, cesnak čerstvý)	
Polievka zeleninová, lievanka	
(čerstvá zelenina: mrkva, petržlen, zeler, vajcia, krupica hrubá)	1, 3
HIT. Bravčové na slanine, ryža, kompot jablkový, jablko, čaj	
(bravčové stehno, slanina)	1

Úterok (19.03):

Polievka brokolicová, chlebové krutóny	
DIÉTA (brokolicica, mlieko, smotana, zeleninový vývar)	1, 7
2, 4, 9 Bravčové meráno, cestoviny, čaj	
(bravčové stehno, zeler, paradajkový pretlak)	1, 3, 9, 12
Polievka špenátová s vajcom	
BLP. (špenát, mlieko, smotana, vajcia)	3, 7
Kuracie soté, ryža, cviklový šalát, ovocný jogurt, čaj	
(kuracie prsia, šunka, kukurica, šampiňóny, čerstvá cvikla)	
Polievka rascová s vajcom	
HIT. (rasca, vajcia, krupica hrubá)	1, 3
Bravčové na mrkve, tarhoňa, cviklový šalát, jablko, čaj	
(bravčové stehno, mrkva, čerstvá cvikla, cukor, ocot, cukor, ocot)	1

Streda (20.03):

Polievka hrášková, lievanka	
DIÉTA (hrášok, vývar zeleninový, vajcia, krupica hrubá)	1, 3
2, 4, 9 Bravčové na mrkve, ryža, sterilizovaná cvikla, jablko, čaj	
(bravčové stehno, mrkva)	1
Polievka karfiolová, BLP závarka	
BLP. (karfiol, zeleninový vývar)	
Bravčové zamagurské, BLP cestoviny, banán, čaj	
(bravčové stehno, čerstvá zelenina: mrkva, petržlen, zeler, hrášok, smotana, mlieko)	7, 9, 12
Polievka karfiolová s mrveničkou	
HIT. (karfiol, zeleninový vývar)	1
Bravčové zaprávané, cestoviny, jablko, čaj	
(bravčové stehno, slanina, mrkva, smotana, mlieko)	1, 3, 7

Štvrtok (21.03):

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 na zelenine, ryža, jablko, čaj		
(bravčové stehno, mrkva, petržlen, zeler, hrášok)		1, 9, 12
Polievka hovädzia s BLP závarkou		
BLP. (hovädzí bujón, mrkva, petržlen, zeler, kaleráb)		9
Španielsky vtáčik, zemiaky, kapustový šalát, BLP napolitánka, nápoj čaj		
(bravčové karé, slanina, vajcia, dusená šunka, sterilizovaná uhorka, horčica, hlávková kapusta, mrkva, cibuľa)		3, 10, 12
Polievka hovädzia, niťovky		
HIT. (vývar hovädzí, mrkva, petržlen, zeler, kaleráb)		1, 3, 9
Hovädzí závitok, zemiaky, kapustový šalát, jablko, nápoj		
(hovädzie zadné, vajcia, mrkva, hlávková kapusta, mrkva, cukor, ocot)		1, 3

Piatok (22.03):

Polievka zemiaková kyslá		
DIÉTA (zemiacy, mlieko, smotana)		1, 7
2, 4, 9 Bravčové na kalerábe, varené zemiaky, jablko, čaj		
(bravčové stehno, kaleráb)		1
Polievka bulharská		
BLP. (hovädzie predné, mrkva, zeler, karfiol, fazuľové struhy, paradajkový pretlak)		9
Bravčová husárska pečienka, ryža, sterilizovaná uhorka, jablko, čaj		
(bravčové stehno, BLP múka, olej, dusená šunka)		3, 4
Polievka zeleninová, niťovky		
HIT. (mrkva, petržlen, zeler, kaleráb, zeleninový vývar)		1, 3, 9
Bravčová husárska pečienka, ryža, mrkvový šalát, jablko, čaj		
(bravčové stehno, dusená šunka, mrkva, cukor, ocot)		1

Sobota (23.03):

Polievka zeleninová, pečeňové halušky		
DIÉTA (mrkva, petržlen, kaleráb, zeler, bravčová pečeň, zeleninový vývar, vajce, krupica hrubá)		1, 3, 9
2, 4, 9 Bravčové na masle, ryža, kompot jablkový, čaj		
(bravčové stehno, maslo)		1, 7
Polievka zeleninová, BLP závarka		
BLP. (zeleninový vývar, mrkva, petržlen, kaleráb, zeler)		9
Špagety bolognese, čaj		
(mrkva, zeler, bravčové pliecko mleté, paradajkový pretlak, lúpané rajčiny, kečup, syr eidam)		1, 3, 7, 9
Polievka zeleninová, lievanka		
HIT. (zeleninový vývar, mrkva, petržlen, zeler, petržlen, krupica hrubá, vajce)		1, 3, 9
Bravčové na masle, ryža, kompot jablkový		
(bravčové stehno)		1, 7

Nedela (24.03):

Polievka slepačia, niťovky	
DIÉTA (mrkva, petržlen, zeler, kaleráb, slepačí vývar)	9
2, 4, 9 Pečené kuracie stehná, tarhoňa, kompot /DIA kompot	
(kuracie stehná)	1, 3
Polievka hovädzia s BLP niťovkami	
BLP. (hovädzí vývar, mrkva, petržlen, zeler, kaleráb)	1, 3, 9
Vyprážaný rezeň, zemiaky, sterilizovaná uhorka, nápoj	
(bravčové karé, BLP:múka, vajce, BLP strúhanka, olej)	1, 3
Polievka hovädzia s niťovkami	
HIT. (hovädzí vývar, mrkva, zeler, petržlen, kaleráb)	1, 3, 9
Vyprážaný rezeň, zemiaky, kompot jablkový, čaj	
(bravčové karé, hladká múka, vajce, strúhanka)	1, 3

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