

Diabetický jedálny lístok 32. týždeň 5.8.-11.8.2024**Pondelok 05. 08. 2024**

<i>Sendvič (obsahuje 1,3,7)</i>	120	1436	10	1,1	72
<i>Francúzka paštéta</i>	30	234	3	4	2
<i>Paradajka</i>	50,00	29,00	0,41	0,09	1,00
<i>Čaj</i>	250,00				5,00
Desiata:					
<i>Puding (obsahuje 7)</i>	200,00	1 698,00	8,50	8,00	24,00
Obed:					
<i>Polievka porová s haluškami (1,7)</i>	0,33	452	2,4	5,1	12
<i>Bravčové mäso na hrášku (1,12)</i>	140	901	13,11	15,1	6,5
<i>Opekané zemiaky</i>	250	1235	5,97	0,5	61,1
<i>Červená repa</i>	110	301	1,39	0,3	14,1
<i>Voda</i>	200,00				
Olovrant:					
<i>Nanuk (obsahuje 7)</i>	30,00	630,00	0,87	2,01	23,50
Večera:					
<i>Cestoviny s orechami (obsahuje 1,3,7,8,12)</i>	200	1732,8	23,68	16,8	61,84
<i>Čaj (obsahuje 12)</i>	250,00	84,87			
Večera 2:					
<i>Sendvič (obsahuje 1,3,7)</i>	120	1436	10	1,1	72
<i>Smotanová nátierka (obsahuje 1, 7)</i>	40,00	607,00	5,00	14,00	2,90
<i>Čaj</i>	250,00				5,00
		9 340,67	74,33	67,00	290,94

Utorok, 06. 08. 2024

Raňajky:	G	KJ	Bielkoviny	Tuky	Sacharidy
<i>Chlieb (1,3,7)</i>	120	1204	6,8	1	61,6
<i>Maslo (obsahuje 7)</i>	10	301		8,1	
<i>Šunka dusená</i>	217,00	50,00	5,70	3,00	0,40
<i>Uhorka</i>	50	29	0,41	0,09	1
<i>Čaj (obsahuje 12)</i>	250,00	84,87			5,00
Desiata:					
<i>Biely jogurt (obsahuje 7)</i>	150,00	922,00	5,87	3,01	36,90
Obed:					
<i>Polievka cesnaková s krutónmi (obsahuje 1,3,7,12)</i>	250	406	5,12	5,2	15,9
<i>Fašírka (obsahuje 1.3.,.7)</i>	100	1750	12	15	29,00
<i>Zemiaky</i>	250,00	920,00	6,00	7,00	39,00
<i>Kyslá uhorka</i>	40,00	230,00	5,60	6,20	4,30
<i>Nápoj (obsahuje 12)</i>	200,00	109,00			

Olovrant:					
<i>Výživa (obsahuje 12)</i>	<i>150,00</i>	<i>706,00</i>	<i>0,80</i>	<i>0,20</i>	<i>43,60</i>
Večera:					
<i>Sójový guláš so zemiakmi (obsahuje 1)</i>	<i>184,00</i>	<i>1 498,00</i>	<i>16,17</i>	<i>20,2</i>	<i>8,1</i>
<i>Chlieb (1,3,7)</i>	<i>60</i>	<i>602</i>	<i>3,4</i>	<i>0,5</i>	<i>30,8</i>
<i>Čaj</i>	<i>250,00</i>				<i>5,00</i>
Večera 2:					
<i>Kaiserka celozrnná (obsahuje 1,3,7)</i>	<i>80</i>	<i>520</i>	<i>5</i>	<i>2</i>	<i>20</i>
<i>vajíčko na tvrdo (obsahuje 3)</i>	<i>1ks</i>	<i>528,00</i>	<i>6,50</i>	<i>5,00</i>	<i>5,00</i>
<i>Čaj (obsahuje 12)</i>	<i>250,00</i>				
		<i>9 859,87</i>			

Streda 07. 08. 2024

<i>Grahamový rohlík (obsahuje 1,)</i>	80,00	1 058,00	8,00	4,00	47,00
<i>Tavený syr – gouda (obsahuje 7)</i>	20,00	472,00	11,80	6,80	0,40
<i>Paradajka</i>	50,00	29,00	0,41	0,09	1,00
<i>Čaj (obsahuje 12)</i>	250,00	84,87			5,00
Desiata:					
<i>Dia Keks (obsahuje 1,3,7,12)</i>	60,00	688,00	3,42	4,02	11,72
Obed:					
<i>Kapustová polievka s klobásou (obsahuje 1,3,7)</i>	250	586	5,21	10,2	6,4
<i>Chlieb (1,3,7)</i>	90,00	903,00	5,10	0,75	46,20
<i>škoricové osie hniezda (obsahuje 1,3,7)</i>	250,00	1856,76	11,00	19,50	61,75
<i>Nápoj (obsahuje 12)</i>	200,00	109,00			
Olovrant:					
<i>Puding (obsahuje 7)</i>	200,00	1 698,00	8,50	8,00	24,00
Večera:					
<i>Vajíčkový šalát (obsahuje 1,3,4,7,12)</i>	100,00	1 000,00	4,00	20,00	9,00
<i>Chlieb(obsahuje 1,3,7,)</i>	90	903	5,1	0,75	46,2
<i>Čaj (obsahuje 12)</i>	250,00	84,87			5,00
Večera 2:					
<i>Zeleninový tanier (obsahuje 3,7,10)</i>	200,00	300,00	9,90	9,70	14,80
<i>Voda</i>	200,00				
		8 714,50	64,44	79,81	231,47

Štvrtok, 08. 08. 2024

Raňajky:	G	KJ	Bielkoviny	Tuky	Sacharidy
<i>Sendvič (obsahuje 1,3,7)</i>	120	1436	10	1,1	72
<i>Čokoládová nátierka (obsahuje 1,3,5,7,8,12)</i>	30,00	600,00	0,20	0,10	19,40
<i>Čaj</i>	250,00				5,00
Desiata:					
<i>Výživa (obsahuje 12)</i>	150,00	706,00	0,80	0,20	43,6
Obed:					
<i>Polievka krupová mliečna</i>	549	132	4,13	6,2	14,2
<i>Hrachová kaša (obsahuje 1,7)</i>	250,00	1 493,00	18,00	17,00	33,00
<i>Sekaná</i>	100,00	924,00	14,10	6,70	2,10
<i>Chlieb(obsahuje 1,3,7,)</i>	90	903	5,1	0,75	46,2
<i>Voda</i>	200,00				
Olovrant:					
<i>Puding (obsahuje 1,3,7)</i>	200,00	1 030,00	7,02	6,60	33,26
Večera:					
<i>Lečo s vajcom</i>	1 588,00	395,00	13,23	26,50	9,20
<i>Čaj</i>	250,00				5,00

<i>Sendvič (obsahuje 1,3,7)</i>	<i>120</i>	<i>1436</i>	<i>10</i>	<i>1,1</i>	<i>72</i>
<i>Večera 2:</i>					
<i>Dia Keks (obsahuje 1,3,7,12)</i>	<i>60,00</i>	<i>688,00</i>	<i>3,42</i>	<i>4,02</i>	<i>11,72</i>
		<i>9 743,00</i>	<i>86,00</i>	<i>70,27</i>	<i>366,68</i>

Piatok, 09. 08. 2024

Raňajky:	G	KJ	Bielkoviny	Tuky	Sacharidy
<i>Chlieb (1,3,7)</i>	120,00	1 204,00	6,80	1,00	61,60
<i>Smotanová nátierka (obsahuje 1, 7)</i>	40,00	607,00	5,00	14,00	2,90
<i>Jarná cibulka</i>	50	59	0,82	0,1	2
<i>Čaj</i>	250,00				5,00
Desiata:					
<i>Ovocie</i>	150,00	359,00	0,50	0,60	22,10
Obed:					
<i>Šošovicová polievka so zeleninou</i>	589	141	6,55	4,4	17,1
<i>Chlieb (1,3,7)</i>	60	602	3,4	0,5	30,8
<i>Bryndzové halušky (obsahuje 1,3,7)</i>	320,00	2 992,00	20,49	22,20	87,60
<i>Voda</i>	200,00				
Olovrant:					
<i>Dia Keks(obsahuje 1,3,7,12)</i>	60,00	688,00	3,42	4,02	11,72
Večera:					
<i>Hubové rizoto so syro (obsahuje 7)</i>	280,00	1 890,00	13,29	19,80	84,50
<i>Kyslá uhorka</i>	40,00	250,00	5,60	6,20	
<i>Čaj</i>	250,00	84,87			
Večera 2:					
<i>Výživa ovocná (obsahuje 12)</i>	150,00	650,00	0,80	0,20	43,60
<i>Čaj</i>	250,00				5,00
		9 526,87	66,67	73,02	373,92

Sobota, 10. 08. 2024

Raňajky:	G	KJ	Bielkoviny	Tuky	Sacharidy
<i>Makovka (obsahuje 1,3 7)</i>	83,00	1 336,00	7,40	2,49	49,80
<i>Maslo (obsahuje 7)</i>	10	301		8,1	
<i>Čaj</i>	250,00				5,00
Desiata:					
<i>Výživa-drink(obsahuje 12)</i>	200,00	480,00	8,50	8,00	24
Obed:					
<i>Frankfurtská polievka (obsahuje 1)</i>	250	869	13,55	6,7	23
<i>Kuracie mäso v horčicovej omáčke (obsahuje 10)</i>	100,00	1587,00	18,00	20,80	25,60
<i>Ryža (obsahuje 7)</i>	190,00	1633,00	7,00	7,00	76,00
<i>Nápoj (obsahuje 12)</i>	200,00	109,00			
Olovrant:					
<i>Ovocie</i>	150,00	359,00	0,50	0,60	22,10
Večera:					
<i>Chlieb(obsahuje 1,3,7,12)</i>	90	903	5,1	0,75	46,2
<i>Smotanová nátierka s nivou (obsahuje 1. 7)</i>	40,00	607,00	5,00	14,00	2,90
<i>Paradajka</i>	50,00	29,00	0,41	0,09	1,00
<i>Čaj</i>	250,00				5,00

<i>Večera 2:</i>					
<i>Chlieb (1,3,7)</i>	<i>60,00</i>	<i>602,00</i>	<i>5,10</i>	<i>0,75</i>	<i>46,20</i>
<i>Maslo (obsahuje 7)</i>	<i>10,00</i>	<i>301,00</i>	<i>0,20</i>	<i>16,20</i>	
<i>Uhorka</i>	<i>50</i>	<i>29</i>	<i>0,41</i>	<i>0,09</i>	<i>1</i>
<i>Čaj</i>	<i>250,00</i>				<i>5,00</i>
		<i>9 145,00</i>	<i>71,17</i>	<i>85,57</i>	<i>332,80</i>

Nedeľa, 11. 08. 2024

Raňajky:	G	KJ	Bielkoviny	Tuky	Sacharidy
<i>Vianočka (obsahuje 1,3,7)</i>	100,00	1525,00	7,20	10,00	60,80
<i>Maslo (obsahuje 7)</i>	20,00	602,00	0,20	16,20	
<i>Granko (obsahuje 7)</i>	200	396	7	3	10
Desiata:					
<i>Ovocie</i>	150,00	359,00	0,50	0,60	22,10
Obed:					
<i>Vyvar s rezancami (obsahuje 1 3 7 9 12)</i>	0,33	381,00	2,00	5,02	9,00
<i>Bravčové mäso v chrenovej omáčke (obsahuje 1,7)</i>	280	1749	11,93	4,4	73,7
<i>Knedľa (obsahuje 1,3,7)</i>	150,00	1 640,00	11,93	4,40	73,70
<i>Čaj</i>	250,00				5,00
Olovrant:					
<i>Nanuk (obsahuje 7)</i>	30,00	630,00	0,87	2,01	23,50
Večera:					
<i>Hydinové párky (obsahuje 1)</i>	100,00	924,00	14,10	16,70	2,10
<i>Horčica (obsahuje 10)</i>	36,00	199,95	1,61	2,37	5,02
<i>Chlieb(obsahuje 1,3,7,12)</i>	90	903	5,1	0,75	46,2
<i>Čaj</i>	250,00			65,45	5,00
Večera 2:					
<i>Výživa ovocná (obsahuje 12)</i>	150,00	650,00	0,80	0,20	43,60
<i>Čaj (obsahuje 12)</i>	250,00				5,00
		9 958,95	63,24	131,10	384,72

Zoznam alergénov:

Alergény: 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, 7 – Mlieko a výrobky z neho, vrátane laktózy, 8 – 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 siričitany vo vyšších koncentráciách, 13 – Vlčí bôb a výrobky z neho, 14 – Mäkkýše a výrobky z nich

Pokora, n.o., Trstínska 9, 917 01 Trnava, IČO: 45740283

Prevádzky: Dom seniorov Sv. Ján, Šelpice 214, 919 09 Šelpice

Dom seniorov Sv. Martina, Ul. Sv. Martina 2, 919 35 Hrnčiarovce nad Parnou

Dom seniorov Sv. Urban, Majdanské, 919 03 Horné Orešany

Zmena jedálneho lístka je vyhradená!

Pečiatka:

Za prevádzkovateľa:

Za kuchára:

Za zdravotný personál:

Zástupca klientov:

