

Jedálny listok 18. týždeň 29.4.-3.5.2024

Pondelok 29. 04. 2024

Raňajky:	G	KJ	Bielkoviny	Tuky	Sacharidy
Sendvič (obsahuje 1,3,7)	120	1436	10	1,1	72
smotanová nátierka – cesnaková (obsahuje 1, 7)	40	607	5	14	2,9
Paradajka	50,00	29,00	0,41	0,09	1,00
Čaj – čierny (obsahuje 12)	250,00	84,87			5,00
Desiata:					
Keks(obsahuje 1,3,7,12)	60,00	688,00	3,42	4,02	11,72
Obed:					
Polievka rascová s vajíčkom (obsahuje 1,7)	250	370	2,28	6,1	5,4
Pečené bravčové mäso	134	1024	15,13	20,1	1,2
Dus. kapusta (obsahuje 1)	190	783	2,65	6,4	15,6
Knedľa (obsahuje 1,3,7)	150	1640	11,93	4,4	73,7
Nápoj (obsahuje 12)	200,00	109,00			
Olovrant:					
Puding (obsahuje 1,3,7)	200,00	1 030,00	7,02	6,60	33,26
Večera:					
Cestoviny makové (obsahuje 1,3,7)	200	1948	21,5	14	67
Čaj (obsahuje 12)	250,00	84,87			
		9 833,74	79,34	76,81	288,78

Utorok, 30. 04. 2024

Raňajky:	G	KJ	Bielkoviny	Tuky	Sacharidy
Chlieb (1,3,7)	120	1204	6,8	1	61,6
Tavený syr - ementál (obsahuje 7)	30	234	3	4	2
Uhorka	50	29	0,41	0,09	1
Čaj (obsahuje 12)	250,00	84,87			5,00
Desiata:					
Biely jogurt (obsahuje 7)	150,00	922,00	5,87	3,01	36,90
Obed:					
Hrášková polievka s haluškami (obsahuje 1, 7)	250	492	4,74	5,2	12,1
Bravčové na znojenský spôsob (obsahuje 1,7)	250	1241	17,6	21,2	9,1
Tarhoňa (obsahuje 1)	210,00	1 810,00	11,75	9,90	73,20
Nápoj (obsahuje 12)	200,00	109,00			
Olovrant:					
Výživa – drink (obsahuje 12)	150,00	706,00	0,80	0,20	43,60
Večera:					
Šunkové fliacky (obsahuje 1,3,7)	200	1968	22,6	57,8	16,6
Kyslá uhorka	40,00	230,00	5,60	6,20	4,30
Čaj	250,00	84,87			5,00
		9 114,74	79,17	108,60	270,40

Streda 01. 05. 2024

Raňajky:	G	KJ	Bielkoviny	Tuky	Sacharidy
<i>Rohlík (obsahuje 1,3,7)</i>	120,00	1 315,00	9,71	3,70	57,50
<i>Paštéta</i>	50,00	552,00	6,00	12,00	0,05
<i>Paprika</i>	50,00	38,00	0,45	0,10	1,00
<i>Čaj (obsahuje 12)</i>	250,00	84,87			5,00
Desiata:					
<i>Ovocie</i>	150,00	359,00	0,50	0,60	22,10
Obed:					
<i>Hrástková s párkom (obsahuje 1,7,9)</i>	250	777	6,27	4,5	26,5
<i>Chlieb (1,3,7)</i>	90,00	903,00	5,10	0,75	46,20
<i>Palacinky s lekvárom (obsahuje 1,3,7,12)</i>	370,00	2133,00	15,32	25,30	130,60
<i>Nápoj (obsahuje 12)</i>	200,00	109,00			
Olovrant:					
<i>Výživa – drink (obsahuje 1,3,7)</i>	200,00	1 030,00	7,02	6,60	33,26
Večera:					
<i>Mrkvová s jarnou cibulkou (obsahuje 3,7)</i>	40	690,00	1,3	17,4	1,1
<i>Chlieb(obsahuje 1,3,7,)</i>	90	903	5,1	0,75	46,2
<i>Čaj ovocný(obsahuje 12)</i>	250,00	84,87			5,00
		8 978,74	56,77	71,70	374,51

Štvrtok, 02. 05 . 2024

Raňajky:	G	KJ	Bielkoviny	Tuky	Sacharidy
<i>Makovka (obsahuje 1,3,7)</i>	83,00	1336,00	7,40	2,49	49,80
<i>Maslo (obsahuje 7)</i>	20,00	602,00	0,20	16,20	
<i>Mlieko (obsahuje 7)</i>	200,00	396,00	7,00	3,00	10,00
Desiata:					
<i>Výživa ovocná (obsahuje 12)</i>	150,00	706,00	0,80	0,20	43,60
Obed:					
<i>Zeleninová polievka (obsahuje 9)</i>	250	259	1,15	4,1	4,3
<i>Pečené kuracie stehno (obsahuje 1,7)</i>	205	1366	46,35	13,5	4,4
<i>Ryža (obsahuje 7)</i>	190	1633	6,21	5	72,19
<i>Kompót</i>	105	424	0,38	0,1	24,4
<i>Nápoj (obsahuje 12)</i>	200,00	109,00			
Olovrant:					
<i>Keks(obsahuje 1,3,7,12)</i>	60,00	688,00	3,42	4,02	11,72
Večera:					
<i>Cestovinový šalát so zeleninou a šunkou (obsahuje 1,3,7,)</i>	330	2420	13,29	19,8	84,5
<i>Čaj</i>	250,00				5,00
		9 939,00	86,20	68,41	309,91

Piatok, 03. 05. 2024

Raňajky:	G	KJ	Bielkoviny	Tuky	Sacharidy
Chlieb (1,3,7)	120,00	1 204,00	6,80	1,00	61,60
Smotanová nátierka (obsahuje 1, 7)	40,00	607,00	5,00	14,00	2,90
Paradajka	50,00	29,00	0,41	0,09	1,00
Čaj	250,00				5,00
Desiata:					
Ovocie	150,00	359,00	0,50	0,60	22,10
Obed:					
Cibulová polievka s krutónmi (obsahuje 1,3,7)	250	748	12	6	15
Francúzke zemiaky s vajíčkom a brokolicou (obsahuje 1,6,7)	350,00	2 839,00	23,61	28,70	75,30
Čalamáda	120,00	305,00	1,48	2,30	10,10
Nápoj (obsahuje 12	200,00	109,00			
Olovrant:					
Puding (obsahuje 1,3,7)	200,00	1 280,00	8,50	8,00	24,00
Večera:					
Zeleninové rizoto so strúhaným syrom (obsahuje 7,9)	330,00	2 359,00	14,61	19,80	76,50
Čaj	250,00	84,87			
		9 923,87	72,91	80,49	293,50

Sobota, 04. 05. 2024

Raňajky:	G	KJ	Bielkoviny	Tuky	Sacharidy
Rohlík (obsahuje 1,3,7)	100,00	1 315,00	9,71	3,70	57,50
Šunka	24	414	5,4	8,4	
Paradajka	50	29	0,41	0,09	1
Čaj	250,00				5,00
Desiata:					
Výživa-drink (obsahuje 12)	200,00	1 698,00	8,50	8,00	24
Obed:					
Polievka z tekvice hokkaidó (obsahuje 7)	250	543	3,6	7,1	12,2
Prívarok fazuľový so zemiakmi (obsahuje 1,3)	240	1611	17,89	5,3	58,8
Sekaná (obsahuje 1,3)	100	924	14,1	6,7	2,1
Chlieb (1,3,7)	60	602	3,4	0,5	30,8
Nápoj (obsahuje 12)	200,00	109,00			6,70
Olovrant:					
Keks(obsahuje 1,3,7,12)	60,00	688,00	3,42	4,02	11,72
Večera:					
Hydinové párky (obsahuje 1)	100,00	924,00	14,10	16,70	2,10
Horčica (obsahuje 10)	36,00	199,95	1,61	2,37	5,02
Chlieb(obsahuje 1,3,7,12)	90	903	5,1	0,75	46,2
Čaj	250,00			76,46	5,00
		9 959,95	87,24	140,09	268,14

Nedeľa, 05. 05. 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>Vývar s rezancami (obsahuje 1,3,7,9,12)</i>	0,33	381,00	2,00	5,02	9,00
<i>Kurací rezeň vyprázaný (obsahuje 1,3,7)</i>	174	1960	15,85	21,3	6,1
<i>Zemiaky</i>	250,00	1 235,00	5,97	0,50	61,10
<i>Uhorkový šalát</i>	120,00	299,00	1,48	2,20	9,80
<i>Nápoj (obsahuje 12)</i>	200,00	109,00			
Olovrant:					
<i>Puding (obsahuje 1,3,7)</i>	200,00	1 030,00	7,02	6,60	33,26
Večera:					
<i>Pomazánka</i>	40,00	690,00	1,30	17,40	1,10
<i>Chlieb(obsahuje 1,3,7,12)</i>	90	903	5,1	0,75	46,2
<i>Čaj</i>	250,00	84,87		76,46	5,00
		9 573,87	53,62	160,03	264,46

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: