



"VEK NÁDEJE", Zariadenie sociálnych služieb Nové Zámky
Šoltésovej 5302/2
940 02 Nové Zámky
Tel.: 035/6414068

JEDÁLNY LÍSTOK NA OBDOBIE OD 15. 4. 2024 DO 21. 4. 2024

		Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
Po 15.4.	RAC	Chlieb 100g (1), Oškvar.nátierka VR27 50g/3,10, Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Krupicová kaša 180g, (1,7)	Polievka karfiolová so zemiakmi (šetr) 0,33l (3,7), Špagety bolonské 360g (1,7)	Dvojvlošník so sezamom 110g, Maslo 20g (7), Saláma 2 pl., Zelenina paprika 25g	Ryža s ovocím 300g (7), Ovocie jablka 1 ks	
		E: 7 350 kJ, E: 1 080 kcal, Bielk.: 59,2 g, Tuky: 61,7 g, Sach.: 223,7 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,28 g, Ca: 801 mg, A: 0 ug, B1: 0,792 mg, B2: 726,402 mg, C: 120,6 mg, Fe: 7,32 mg, Vl.: 23,5 g					
	DIA	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Saláma šunková 100 g, Čaj dia 0.25 l	Broskyne 1 ks	Polievka karfiolová so zemiakmi (šetr) 0,33l (3,7), Špagety bolonské 360g (1,7)	Dvojvlošník so sezamom 110g, Maslo 20g (7), Saláma 2 pl., Zelenina paprika 25g	Ovocie jablka 1 ks, Ryža s ovocím (dia) 300g (7)	Ovocna vyziva dia/12
		E: 5 378 kJ, E: 825 kcal, Bielk.: 34,1 g, Tuky: 40,9 g, Sach.: 178,6 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 1,68 g, Ca: 615 mg, A: 0 ug, B1: 0,639 mg, B2: 495,640 mg, C: 129,8 mg, Fe: 8,06 mg, Vl.: 23,5 g					
ŠET	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Saláma šunková 100 g, Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Krupicová kaša 180g, (1,7)	Polievka karfiolová so zemiakmi (šetr) 0,33l (3,7), Špagety bolonské 360g (1,7)	Dvojvlošník so sezamom 110g, Maslo 20g (7), Zelenina rajčina 50g	Ryža s ovocím 300g (7), Ovocie jablka 1 ks		
	E: 6 890 kJ, E: 1 018 kcal, Bielk.: 42,8 g, Tuky: 49,7 g, Sach.: 221,1 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,24 g, Ca: 793 mg, A: 0 ug, B1: 0,774 mg, B2: 671,126 mg, C: 81,7 mg, Fe: 7,08 mg, Vl.: 22,7 g						
ŠPEC	Chlieb 100g (1), Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Saláma šunková 100 g, Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Broskyne 1 ks	Polievka karfiolová so zemiakmi (šetr) 0,33l (3,7), Špagety bolonské 360g (1,7)	Dvojvlošník so sezamom 110g, Maslo 20g (7), Zelenina rajčina 50g	Ryža s ovocím 300g (7), Ovocie jablka 1 ks	Ovocna vyziva dia/12	
	E: 6 570 kJ, E: 1 032 kcal, Bielk.: 42,7 g, Tuky: 42,8 g, Sach.: 244,2 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,56 g, Ca: 668 mg, A: 0 ug, B1: 0,901 mg, B2: 495,734 mg, C: 92,2 mg, Fe: 10,68 mg, Vl.: 31,2 g						
Ut 16.4.	RAC	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Buchta lekvárová 80g (1,3), Kava biela/7	Hrozno 100 gr.	Gulášová polievka 0,33l (1,3,7,9), Chlieb 100g (1), Filé z morčacích prs na šampiňónoch 180g/150g, Zemiaková kaša 250g (7), Šalát z cvikly 100g	Puding 0.25 l/7	Zapekané cestoviny so salámou 300g (1,3,7), Šalát mrkvový s marhuľami 120g	
		E: 10 822 kJ, E: 1 776 kcal, Bielk.: 120,5 g, Tuky: 73,4 g, Sach.: 347,5 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,30 g, Ca: 1 062 mg, A: 2 ug, B1: 1,610 mg, B2: 744,138 mg, C: 144,2 mg, Fe: 18,60 mg, Vl.: 41,2 g					

	DIA	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Syr plátkový 2ks 40g (7), Čaj dia 0.25 l	Ovocie jablka 1 ks	Gulášová polievka 0,33l (1,3,7,9), Chlieb 100g (1), Filé z morčacích prs na šampiňónoch 180g/150g, Zemiaková kaša 150g (7), Šalát z cvikly 100g	ovocné pyré	Zapekané cestoviny so salámou 300g (1,3,7), Šalát mrkvový s marhuľami 120g	Kaša z ovsených vločiek (šetr) 150g (1,7)
	E: 10 724 kJ, E: 1 846 kcal, Bielk.: 116,7 g, Tuky: 79,5 g, Sach.: 335,9 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 5,60 g, Ca: 889 mg, A: 2 ug, B1: 1,646 mg, B2: 807,632 mg, C: 113,5 mg, Fe: 19,81 mg, Vl.: 43,1 g						
	ŠET	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Buchta lekvárová 80g (1,3), Čaj pravý 0,25 l	Hrozno 100 gr.	Polievka zeleninová (šetr) 0,33l (1,3,7,9), Filé z morčacích prs na šampiňónoch 180g/150g, Zemiaková kaša 250g (7), Šalát z cvikly 100g	Puding 0.25 l/7	Zapekané cestoviny so salámou 300g (1,3,7), Šalát mrkvový s marhuľami 120g	
	E: 8 816 kJ, E: 1 293 kcal, Bielk.: 95,2 g, Tuky: 57,8 g, Sach.: 276,5 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,02 g, Ca: 788 mg, A: 3 ug, B1: 1,136 mg, B2: 604,915 mg, C: 131,1 mg, Fe: 13,85 mg, Vl.: 31,3 g						
	ŠPEC	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Syr plátkový 2ks 40g (7), Čaj dia 0.25 l	Hrozno 100 gr.	Polievka zeleninová (šetr) 0,33l (1,3,7,9), Filé z morčacích prs na šampiňónoch 180g/150g, Zemiaková kaša 250g (7), Šalát z cvikly 100g	Puding 0.25 l/7	Zapekané cestoviny so salámou 300g (1,3,7), Šalát mrkvový s marhuľami 120g	Kaša z ovsených vločiek (šetr) 150g (1,7)
	E: 10 066 kJ, E: 1 588 kcal, Bielk.: 110,0 g, Tuky: 71,5 g, Sach.: 302,0 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,49 g, Ca: 1 201 mg, A: 3 ug, B1: 1,428 mg, B2: 805,804 mg, C: 133,4 mg, Fe: 15,91 mg, Vl.: 34,4 g						
St 17.4.		Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
	RAC	Pletenka so sezamom 100g (1,11), Maslo 20g (7), Saláma šunková 50 g, Zelenina rajčina 100g, Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Ovocie banán 1 ks	Richtárska polievka 10237 0.33l (-), Mletý rez.so syr.Šk.04330 150g, Zemiakový šalát 300g (-)	Rožok soj.DSN 1033 dia/1, Maslo 20g (7), Acid.mlieko 250g	Prívarok fazuľkový (škol.) 180g (1,7), Chlieb 100g (1), Vajce 1 ks (aler.3)	
	E: 20 856 kJ, E: 4 539 kcal, Bielk.: 150,6 g, Tuky: 120,0 g, Sach.: 844,9 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 10,62 g, Ca: 1 063 mg, A: 0 ug, B1: 4,214 mg, B2: 1 059,735 mg, C: 139,4 mg, Fe: 49,77 mg, Vl.: 129,3 g						
DIA	Pletenka so sezamom 100g (1,11), Maslo 20g (7), Saláma šunková 50 g, Zelenina rajčina 100g, Čaj dia 0.25 l	Ovocie banán 1 ks	Richtárska polievka 10237 0.33l (-), Mletý rez.so syr.Šk.04330 150g, Zemiakový šalát 300g (-)	Rožok soj.DSN 1033 dia/1, Maslo 20g (7), Acid.mlieko 250g	Prívarok fazuľkový (škol.) 180g (1,7), Chlieb 100g (1), Vajce 1 ks (aler.3)	Ovocie banán 1 ks	
E: 21 214 kJ, E: 4 539 kcal, Bielk.: 153,0 g, Tuky: 120,4 g, Sach.: 867,0 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 10,68 g, Ca: 1 083 mg, A: 0 ug, B1: 4,290 mg, B2: 1 059,835 mg, C: 161,4 mg, Fe: 51,97 mg, Vl.: 133,3 g							

**"VEK NÁDEJE", Zariadenie sociálnych služieb Nové Zámky**

Šoltésovej 5302/2
940 02 Nové Zámky
Tel.: 035/6414068

ŠET	Pletenka so sezamom 100g (1,11), Maslo 20g (7), Saláma šunková 50 g, Zelenina rajčina 100g, Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Ovocie banán 1 ks	Richtárska polievka 10237 0.33l (-), Mletý rez.so syr.Šk.04330 150g, Zemiaky varené 200g, Rajčiakový šalát šetr. 120g (-)	Rožok soj.DSN 1033 dia/1, Maslo 20g (7), Acid.mlieko 250g	Prívarok zemiakový 280g (1,7), Chlieb 100g (1), Vajce 1 ks (aler.3)		
	E: 21 628 kJ, E: 4 714 kcal, Bielk.: 157,1 g, Tuky: 114,0 g, Sach.: 910,1 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 11,03 g, Ca: 1 107 mg, A: 0 ug, B1: 4,612 mg, B2: 988,454 mg, C: 232,5 mg, Fe: 54,11 mg, Vl.: 141,1 g						
ŠPEC	Pletenka so sezamom 100g (1,11), Maslo 20g (7), Saláma šunková 50 g, Zelenina rajčina 100g, Čaj dia 0.25 l	Ovocie banán 1 ks	Richtárska polievka 10237 0.33l (-), Mletý rez.so syr.Šk.04330 150g		Prívarok zemiakový 280g (1,7), Chlieb 100g (1), Vajce 1 ks (aler.3)	Ovocie banán 1 ks	
	E: 10 041 kJ, E: 1 899 kcal, Bielk.: 61,8 g, Tuky: 80,9 g, Sach.: 310,5 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,06 g, Ca: 491 mg, A: 0 ug, B1: 1,255 mg, B2: 913,089 mg, C: 154,4 mg, Fe: 16,70 mg, Vl.: 35,4 g						
Št 18.4.	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera	
	RAC	Chlieb 100g (1), Hydinová tlačienka 100g, Cibuľa krájaná 0,03 kg, Čaj pravý 0,25 l	Pagáč zemiakový 2x40g (1,3,7)	Polievka drobková 0,33 l (1), Kurča dusené so zeleninou (šetr) 240g/120g (9), Cestovinová ryža 190g (1)	Krupicová kaša 180g, (1,7)	Oblak kakaový 225g (aler.vid' obal), Puding 0.25 l/7	
	E: 9 541 kJ, E: 871 kcal, Bielk.: 64,3 g, Tuky: 46,3 g, Sach.: 220,1 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 11,24 g, Ca: 696 mg, A: 3 ug, B1: 1,206 mg, B2: 428,716 mg, C: 48,4 mg, Fe: 7,33 mg, Vl.: 17,4 g						
	DIA	Chlieb 50g (1), Hydinová tlačienka 100g, Cibuľa krájaná 0,03 kg, Čaj dia 0.25 l	Pagáč zemiakový 2x40g (1,3,7)	Polievka drobková 0,33 l (1), Kurča dusené so zeleninou (šetr) 240g/120g (9), Cestovinová ryža 190g (1)	Ovocie jablka 1 ks	Chlieb 100g (1), Šunka 100 g, Maslo 20g (7)	Kurací cestovinový šalát 54g/340g
	E: 8 668 kJ, E: 887 kcal, Bielk.: 56,6 g, Tuky: 44,9 g, Sach.: 190,7 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 11,68 g, Ca: 266 mg, A: 3 ug, B1: 1,266 mg, B2: 338,277 mg, C: 61,9 mg, Fe: 10,03 mg, Vl.: 28,0 g						
ŠET	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Syr plátkový 2ks 40g (7), Čaj pravý 0,25 l, Zelenina rajčina 100g	Pagáč zemiakový 2x40g (1,3,7)	Polievka drobková 0,33 l (1), Kurča dusené so zeleninou (šetr) 240g/120g (9), Cestovinová ryža 190g (1)	Krupicová kaša 180g, (1,7)	Oblak kakaový 225g (aler.vid' obal), Puding 0.25 l/7		
E: 9 630 kJ, E: 863 kcal, Bielk.: 52,9 g, Tuky: 45,5 g, Sach.: 222,0 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 10,39 g, Ca: 911 mg, A: 3 ug, B1: 1,198 mg, B2: 503,048 mg, C: 69,3 mg, Fe: 7,21 mg, Vl.: 18,2 g							
ŠPEC	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Syr plátkový 2ks 40g (7), Čaj dia 0.25 l, Zelenina rajčina 100g		Polievka drobková 0,33 l (1), Kurča dusené so zeleninou (šetr) 240g/120g (9), Cestovinová ryža 190g (1)		Chlieb 100g (1), Šunka 100 g, Maslo 20g (7)	Kurací cestovinový šalát 54g/340g	
E: 8 501 kJ, E: 819 kcal, Bielk.: 45,2 g, Tuky: 44,1 g, Sach.: 167,0 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 10,49 g, Ca: 465 mg, A: 3 ug, B1: 1,174 mg, B2: 351,809 mg, C: 64,2 mg, Fe: 8,75 mg, Vl.: 22,6 g							

		Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
Pi 19.4.	RAC	Pletenka so sezamom 100g (1,11), Syr tavený 2ks 35g (7), Čaj pravý so sirupom 0.2 l, Zelenina paprika 50g	Tvarohová pena s marhuľami 70g (7)	Kapustnica 0,33l (1,9), Závin kysnutý s kakaovou náplňou, Chlieb 100g (1)	Žemľa 55g (1), Miesane vaj.na cib.19216 90g	Bravčové ragú (šetr) 270g/102g (1,7), Cestoviny/príloha 200g (1,3,7)	
		E: 13 799 kJ, E: 2 033 kcal, Bielk.: 135,2 g, Tuky: 123,7 g, Sach.: 356,4 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 5,61 g, Ca: 1 835 mg, A: 0 ug, B1: 1,287 mg, B2: 825,882 mg, C: 91,6 mg, Fe: 9,62 mg, Vl.: 21,2 g					
	DIA	Chlieb 50g (1), Syr tavený 2ks 35g (7), Čaj dia 0.25 l	Marhule dia 0,25 kg	Kapustnica 0,33l (1,9), Krupicove rezan.VR31b 400g/1, Chlieb 100g (1)	Žemľa 55g (1), Miesane vaj.na cib.19216 90g	Bravčové ragú (šetr) 270g/102g (1,7), Cestoviny/príloha 200g (1,3,7)	Jogurt biely
		E: 12 245 kJ, E: 1 747 kcal, Bielk.: 114,6 g, Tuky: 114,1 g, Sach.: 320,3 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,01 g, Ca: 1 677 mg, A: 0 ug, B1: 1,034 mg, B2: 738,288 mg, C: 40,5 mg, Fe: 8,02 mg, Vl.: 27,3 g					
ŠET	Chlieb 50g (1), Syr tavený 2ks 35g (7), Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Tvarohová pena s marhuľami 70g (7)	Polievka karotková 0,33l (1,7,9), Krupicove rezan.VR31b 400g/1	Žemľa 55g (1), Miesane vaj.na cib.19216 90g	Bravčové ragú (šetr) 270g/102g (1,7), Cestoviny/príloha 200g (1,3,7)		
	E: 10 887 kJ, E: 1 420 kcal, Bielk.: 106,9 g, Tuky: 106,5 g, Sach.: 264,5 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,39 g, Ca: 1 661 mg, A: 1 ug, B1: 0,324 mg, B2: 609,643 mg, C: 16,4 mg, Fe: 4,45 mg, Vl.: 13,2 g						
ŠPEC	Chlieb 50g (1), Syr tavený 2ks 35g (7), Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Marhule dia 0,25 kg	Polievka karotková 0,33l (1,7,9), Krupicove rezan.VR31b 400g/1	Ovocná výživa/12	Bravčové ragú (šetr) 270g/102g (1,7), Cestoviny/príloha 200g (1,3,7)	Jogurt biely	
	E: 9 861 kJ, E: 1 186 kcal, Bielk.: 75,3 g, Tuky: 77,3 g, Sach.: 308,7 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,36 g, Ca: 1 655 mg, A: 1 ug, B1: 0,386 mg, B2: 334,244 mg, C: 49,4 mg, Fe: 5,87 mg, Vl.: 20,0 g						
So 20.4.	RAC	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Saláma trvanlivá 50g, Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Kokteil kompót 150g	Polievka zeleninová 0,33l (1,3,7,9), Živán.na pek.šk.04242 63/15/10, Zemiaky varené 200g	Chlieb so syrom 135g (1,7), Zelenina paprika 25g	Krupic.kasa VR55 540g, 1,7, Keks 1,6,7,8	
		E: 9 105 kJ, E: 1 393 kcal, Bielk.: 91,9 g, Tuky: 77,1 g, Sach.: 261,3 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 5,44 g, Ca: 976 mg, A: 0 ug, B1: 2,471 mg, B2: 640,935 mg, C: 152,1 mg, Fe: 10,34 mg, Vl.: 29,2 g					
DIA	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Saláma šunková 100 g, Čaj dia 0.25 l	Kokteil kompót 150g	Polievka zeleninová 0,33l (1,3,7,9), Živán.na pek.šk.04242 63/15/10, Zemiaky varené 100 g	Chlieb so syrom 135g (1,7), Zelenina paprika 25g	Krup.kaša DIA VR 55 540g, 1,7, Keks dia l ks (1,6,7,8)	Ovocie banán 1 ks	
	E: 8 708 kJ, E: 1 178 kcal, Bielk.: 89,1 g, Tuky: 87,3 g, Sach.: 212,4 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,91 g, Ca: 943 mg, A: 0 ug, B1: 2,261 mg, B2: 640,897 mg, C: 147,2 mg, Fe: 9,63 mg, Vl.: 24,6 g						

**"VEK NÁDEJE", Zariadenie sociálnych služieb Nové Zámky**

Šoltésovej 5302/2
940 02 Nové Zámky
Tel.: 035/6414068

ŠET	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Saláma šunková 100 g, Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Kokteil kompót 150g	Polievka zeleninová 0,33l (1,3,7,9), Živán.na pek.šk.04242 63/15/10, Zemiaky varené 200g	Chlieb so syrom 135g (1,7), Zelenina paprika 25g	Krupic.kasa VR55 540g, 1,7, Keks 1,6,7,8		
	E: 9 105 kJ, E: 1 393 kcal, Bielk.: 91,9 g, Tuky: 77,1 g, Sach.: 261,3 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 5,44 g, Ca: 976 mg, A: 0 ug, B1: 2,471 mg, B2: 640,935 mg, C: 152,1 mg, Fe: 10,34 mg, Vl.: 29,2 g						
ŠPEC	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Saláma trvanlivá 50g, Saláma šunková 100 g, Čaj dia 0.25 l	Kokteil kompót 150g	Polievka zeleninová 0,33l (1,3,7,9), Živán.na pek.šk.04242 63/15/10, Zemiaky varené 100 g	Chlieb so syrom 135g (1,7), Zelenina paprika 25g	Krup.kaša DIA VR 55 540g, 1,7, Keks dia 1 ks (1,6,7,8)	Ovocie banán 1 ks	
	E: 8 708 kJ, E: 1 178 kcal, Bielk.: 89,1 g, Tuky: 87,3 g, Sach.: 212,4 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,91 g, Ca: 943 mg, A: 0 ug, B1: 2,261 mg, B2: 640,897 mg, C: 147,2 mg, Fe: 9,63 mg, Vl.: 24,6 g						
Ne 21.4.	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera	
	RAC	Bábovka 100g (1,3,7), Maslo 20g (7), Džem 20g (12), Kakao 0,25 l	Kaša z ovsených vločiek (šetr) 150g (1,7)	Pol.z hy.drob.10211/A0.33/1,9, Kuracie prsia vyprášané v cestíčku 140g (1,3,7), Ryža zeleninová 150g, Uhorkový šalát 120g	Vtacie mlieko VR36 2dl/3,7	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Udene mäso 100g, Zelenina rajčina 100g, Vajce 1 ks (aler.3)	
	E: 9 868 kJ, E: 1 809 kcal, Bielk.: 76,9 g, Tuky: 77,5 g, Sach.: 314,9 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 5,26 g, Ca: 950 mg, A: 3 ug, B1: 1,220 mg, B2: 957,062 mg, C: 63,0 mg, Fe: 9,05 mg, Vl.: 19,1 g						
	DIA	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Džem dia 30g (12), Kakao 0,25 l dia	Kaša z ovsených vločiek (šetr) 150g (1,7)	Pol.z hy.drob.10211/A0.33/1,9, Kuracie prsia vyprášané v cestíčku 140g (1,3,7), Ryža zeleninová 150g, Uhorkový šalát 120g	Ovocie pomaranc 1 ks	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Šunka 100 g, Zelenina rajčina 100g, Vajce 1 ks (aler.3)	Jogurt ovocný dia /7,12
	E: 9 590 kJ, E: 1 968 kcal, Bielk.: 100,4 g, Tuky: 75,8 g, Sach.: 288,1 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,32 g, Ca: 1 892 mg, A: 3 ug, B1: 1,630 mg, B2: 804,318 mg, C: 175,9 mg, Fe: 11,68 mg, Vl.: 27,5 g						
ŠET	Bábovka 100g (1,3,7), Maslo 20g (7), Džem 20g (12), Čaj pravý 0,25 l	Kaša z ovsených vločiek (šetr) 150g (1,7)	Pol.z hy.drob.10211/A0.33/1,9, Kurací rezeň prírodný 236g/156g (1,3,7,9), Ryža zeleninová 150g, Mrkva s jabl.VR68 250g	Vtacie mlieko VR36 2dl/3,7	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Šunka 100 g, Zelenina rajčina 100g, Vajce 1 ks (aler.3)		
E: 9 830 kJ, E: 1 690 kcal, Bielk.: 68,5 g, Tuky: 64,4 g, Sach.: 347,9 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 5,49 g, Ca: 675 mg, A: 5 ug, B1: 1,246 mg, B2: 830,928 mg, C: 75,3 mg, Fe: 11,44 mg, Vl.: 29,3 g							
ŠPEC	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Džem dia 30g (12), Kakao 0,25 l dia	Kaša z ovsených vločiek (šetr) 150g (1,7)	Pol.z hy.drob.10211/A0.33/1,9, Kuracie prsia vyprášané v cestíčku 140g (1,3,7), Ryža zeleninová 150g, Mrkva s jabl.VR68 250g	Ovocie pomaranc 1 ks	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Šunka 100 g, Zelenina rajčina 100g, Vajce 1 ks (aler.3)	Jogurt ovocný dia /7,12	
E: 9 898 kJ, E: 2 052 kcal, Bielk.: 100,4 g, Tuky: 75,8 g, Sach.: 321,7 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,79 g, Ca: 1 935 mg, A: 5 ug, B1: 1,767 mg, B2: 880,334 mg, C: 193,0 mg, Fe: 14,07 mg, Vl.: 37,7 g							



"VEK NÁDEJE", Zariadenie sociálnych služieb Nové Zámky
Šoltésovej 5302/2
940 02 Nové Zámky
Tel.: 035/6414068

Zmena jedálneho lístka je vyhradená.		
	Schválil: Ing. Peter Mészáros:	
	