



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

JEDÁLNY LÍSTOK NA OBDOBIE OD 22. 4. 2024 DO 28. 4. 2024

		Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera	
Po 22.4.	RAC	Pletenka so sezamom 100g (1,11), Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Syr tavený 2ks 35g (7), Čaj pravý 0,25 l	Ovocie pomaranc 1 ks	Obilninová polievka/KendDP, Karbonátky vyprážené 150g (1,3,7), Zemiaky varené 200g, Tatárska omáčka 30g (7)	Buchta lekvarova 80 g	Rezance zapekané s lekvárom 300g (1,3,7,8), Miláčik I ks/7		
		E: 10 265 kJ, E: 2 063 kcal, Bielk.: 91,1 g, Tuky: 113,4 g, Sach.: 265,2 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 11,00 g, Ca: 1 828 mg, A: 0 ug, B1: 1,004 mg, B2: 484,273 mg, C: 170,9 mg, Fe: 12,25 mg, Vl.: 27,2 g						
	DIA	Pletenka so sezamom 100g (1,11), Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Syr tavený 2ks 35g (7), Čaj dia 0.25 l	Ovocie pomaranc 1 ks	Obilninová polievka/KendDP, Karbonátky vyprážené 150g (1,3,7), Zemiaky varené 100 g, Tatárska omáčka 30g (7)	Puding dia I ks 0.25 l/7	Rezance zapekané s lekvárom 300g (1,3,7,8), Miláčik I ks/7	Obložený chlieb (dia) 45g (1,7)	
		E: 10 547 kJ, E: 2 194 kcal, Bielk.: 98,6 g, Tuky: 117,6 g, Sach.: 236,3 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 11,32 g, Ca: 2 117 mg, A: 0 ug, B1: 1,030 mg, B2: 671,015 mg, C: 148,5 mg, Fe: 11,44 mg, Vl.: 24,8 g						
ŠET	Pletenka so sezamom 100g (1,11), Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Syr tavený 2ks 35g (7), Čaj pravý 0,25 l	Ovocie pomaranc 1 ks	Obilninová polievka/KendDP, Sekaný rezeň prírodný 200g/150g (1,3,7), Zemiaky varené 200g, Šalát mrkvový s marhuľami 120g	Buchta lekvarova 80 g	Rezance zapekané s lekvárom 300g (1,3,7,8), Miláčik I ks/7			
	E: 10 824 kJ, E: 2 150 kcal, Bielk.: 91,4 g, Tuky: 98,5 g, Sach.: 290,9 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 11,19 g, Ca: 1 885 mg, A: 2 ug, B1: 1,099 mg, B2: 503,383 mg, C: 178,9 mg, Fe: 14,00 mg, Vl.: 32,1 g							
ŠPEC	Pletenka so sezamom 100g (1,11), Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Syr tavený 2ks 35g (7), Čaj pravý 0,25 l	Ovocie pomaranc 1 ks	Obilninová polievka/KendDP, Karbonátky vyprážené 150g (1,3,7), Zemiaky varené 100 g, Tatárska omáčka 30g (7)	Puding dia I ks 0.25 l/7	Rezance zapekané s lekvárom 300g (1,3,7,8), Miláčik I ks/7			
	E: 10 282 kJ, E: 2 067 kcal, Bielk.: 96,3 g, Tuky: 117,0 g, Sach.: 248,4 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 11,09 g, Ca: 2 103 mg, A: 0 ug, B1: 0,961 mg, B2: 596,688 mg, C: 148,5 mg, Fe: 10,74 mg, Vl.: 22,7 g							
Ut 23.4.	RAC	Sendvič 100g (1), Bryndzová nátiarka 50g (7), Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Ovocie jablka I ks	Polievka zemiaková s paprikou 0,33l (1,9), Bravčový debrecínsky guláš 264g/102g/12g (1), Tarhoňa dusená 220g (1,3), Uhorka sterilizovaná 50g	Kurací cestovinový šalát 54g/340g	Brokolica zapekaná 150g (1,3,7), Zemiaky varené 200g, Jogurt biely		
		E: 6 414 kJ, E: 1 051 kcal, Bielk.: 46,4 g, Tuky: 29,1 g, Sach.: 290,2 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 1,37 g, Ca: 337 mg, A: 0 ug, B1: 0,755 mg, B2: 253,037 mg, C: 116,7 mg, Fe: 8,10 mg, Vl.: 24,6 g						

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

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

DIA	Chlieb 50g (1), Bryndzová nátierka 50g (7), Čaj dia 0.25 l	Ovocie jablka 1 ks	Polievka zemiaková s paprikou 0,33l (1,9), Bravčový debrecínsky guláš 264g/102g/12g (1), Tarhoňa dusená 110g (1,3), Uhorka sterilizovaná 50g	Kurací cestovinový šalát 54g/340g	Brokolica zapekaná 150g (1,3,7), Zemiaky varené 100 g, Jogurt biely	Pagáč zemiakový 40g (1,3,7)	
	E: 4 147 kJ, E: 768 kcal, Bielk.: 34,4 g, Tuky: 27,9 g, Sach.: 167,4 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 1,18 g, Ca: 322 mg, A: 0 ug, B1: 0,612 mg, B2: 252,957 mg, C: 89,3 mg, Fe: 6,79 mg, Vl.: 21,6 g						
ŠET	Sendvič 100g (1), Maslo 20g (7), Čaj pravý so sirupom 0.2 l, Rohlík sladký 60g 2 ks	Ovocie jablka 1 ks	Polievka zemiaková s paprikou 0,33l (1,9), Bravčový perkelt 254g/104g (1), Tarhoňa dusená 220g (1,3)	Kurací cestovinový šalát 54g/340g	Jogurt biely, Zemiaky zapekané so syrom 350g (3,7)		
	E: 6 727 kJ, E: 1 131 kcal, Bielk.: 44,1 g, Tuky: 25,4 g, Sach.: 316,3 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 1,51 g, Ca: 505 mg, A: 0 ug, B1: 0,928 mg, B2: 207,192 mg, C: 143,6 mg, Fe: 10,35 mg, Vl.: 29,4 g						
ŠPEC	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Čaj dia 0.25 l	Ovocie jablka 1 ks	Polievka zemiaková s paprikou 0,33l (1,9), Bravčový debrecínsky guláš 264g/102g/12g (1), Tarhoňa dusená 110g (1,3), Uhorka sterilizovaná 50g	Kurací cestovinový šalát 54g/340g	Jogurt biely, Zemiaky zapekané so syrom 350g (3,7)		
	E: 5 118 kJ, E: 995 kcal, Bielk.: 36,7 g, Tuky: 26,0 g, Sach.: 225,1 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 1,47 g, Ca: 517 mg, A: 0 ug, B1: 0,942 mg, B2: 244,404 mg, C: 146,5 mg, Fe: 10,66 mg, Vl.: 31,1 g						
St 24.4.	RAC	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
	Uzol sladký 2 ks/1,3,7, Maslo 20g (7), Med (ks) 1 ks, Kava biela/7	Ovocie banán 2 ks	Polievka ragú (šetr) 0,33l (1,7), Kap.fliač.Kend.str.551 350g/1, Keks 1,6,7,8	Obložený chlieb 2 ks 160g (1,3,7)	Bravčové karé po cigánsky p:54g/70g (1), Zemiaková kaša 250g (7), Šalát z čínskej kapusty 100g		
	E: 10 513 kJ, E: 1 434 kcal, Bielk.: 62,8 g, Tuky: 77,7 g, Sach.: 357,4 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,09 g, Ca: 692 mg, A: 0 ug, B1: 1,686 mg, B2: 696,721 mg, C: 198,5 mg, Fe: 15,76 mg, Vl.: 35,0 g						
	DIA	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Saláma trvanlivá 100g, Čaj dia 0.25 l	Ovocie banán 2 ks	Polievka ragú (šetr) 0,33l (1,7), Kap.fliač.Kend.str.551 350g/1, Keks 1,6,7,8	Obložený chlieb 2 ks 160g (1,3,7)	Bravčové karé po cigánsky p:54g/70g (1), Zemiaková kaša 150g (7), Šalát z čínskej kapusty 100g	Ryža s ovocím 300g (7)
E: 10 557 kJ, E: 1 477 kcal, Bielk.: 66,2 g, Tuky: 82,4 g, Sach.: 352,7 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,52 g, Ca: 729 mg, A: 0 ug, B1: 1,735 mg, B2: 693,460 mg, C: 184,8 mg, Fe: 16,60 mg, Vl.: 37,9 g							
ŠET	Uzol sladký 2 ks/1,3,7, Maslo 20g (7), Med (ks) 1 ks, Čaj pravý 0,25 l	Ovocie banán 2 ks	Polievka ragú (šetr) 0,33l (1,7), Krupicove rezan.VR31b 400g/1, Keks 1,6,7,8	Obložený chlieb 2 ks 160g (1,3,7)	Bravčové karé po cigánsky p:54g/70g (1), Zemiaková kaša 250g (7), Karotkový šalát 120g		
E: 10 058 kJ, E: 1 171 kcal, Bielk.: 60,0 g, Tuky: 56,5 g, Sach.: 376,0 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,36 g, Ca: 400 mg, A: 3 ug, B1: 1,501 mg, B2: 440,828 mg, C: 127,3 mg, Fe: 15,78 mg, Vl.: 35,6 g							

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

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

	ŠPEC	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Saláma trvanlivá 100g, Čaj dia 0,25 l E: 9 520 kJ, E: 1 413 kcal, Bielk.: 68,3 g, Tuky: 64,0 g, Sach.: 315,0 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,00 g, Ca: 689 mg, A: 3 ug, B1: 1,626 mg, B2: 538,244 mg, C: 97,9 mg, Fe: 13,58 mg, Vl.: 34,6 g	Ovocna vyziva dia/12	Polievka ragú (šetr) 0,33l (1,7), Krupicove rezan.VR31b 400g/1, Keks 1,6,7,8	Obložený chlieb 2 ks 160g (1,3,7)	Bravčové karé po cigánsky p:54g/70g (1), Zemiaková kaša 250g (7), Karotkový šalát 120g	Ryža s ovocím 300g (7)
Št 25.4.	RAC	Raňajky Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Šunka 50 g/6, Obloha zeleninová 100g, Čaj pravý 0,25 l E: 10 316 kJ, E: 1 768 kcal, Bielk.: 79,5 g, Tuky: 56,0 g, Sach.: 352,0 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,88 g, Ca: 678 mg, A: 0 ug, B1: 1,173 mg, B2: 499,976 mg, C: 91,0 mg, Fe: 13,86 mg, Vl.: 22,8 g	Desiata Puding 0.25 l/7	Obed Polievka zeleninová s hovädzím mäsom 0,33l (7,9, Svieč.na smot.11002 213/6/1,7, Žemľové knedle 160g (1,3,7)	Olovrant ovocné pyré	Večera Vianočka 225g (1,3,7), Maslo 20 gr. 2 ks (7), Džem 20g (12), Miláčik 1 ks/7	Druhá večera
	DIA	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Šunka 50 g/6, Obloha zeleninová 100g, Čaj dia 0.25 l E: 20 301 kJ, E: 4 176 kcal, Bielk.: 204,1 g, Tuky: 91,4 g, Sach.: 817,8 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 12,24 g, Ca: 2 067 mg, A: 0 ug, B1: 4,428 mg, B2: 464,465 mg, C: 109,9 mg, Fe: 50,16 mg, Vl.: 126,0 g	Ovocie hrusky I ks	Polievka zeleninová s hovädzím mäsom 0,33l (7,9, Svieč.na smot.11002 213/6/1,7, Žemľové knedle 160g (1,3,7)	ovocné pyré	Chlieb 100g (1), Maslo 20 gr. 2 ks (7), Šunka hydinová 100g (aler.viď obal), Jogurt ovocný dia /7,12	Rožok soj.DSN 1033 dia/1, Maslo 20g (7)
	ŠET	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Šunka 50 g/6, Obloha zeleninová (šetr) 100g, Čaj pravý 0,25 l E: 10 309 kJ, E: 1 767 kcal, Bielk.: 79,4 g, Tuky: 55,9 g, Sach.: 351,6 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,86 g, Ca: 679 mg, A: 0 ug, B1: 1,172 mg, B2: 499,974 mg, C: 57,4 mg, Fe: 13,88 mg, Vl.: 22,6 g	Puding 0.25 l/7	Polievka zeleninová s hovädzím mäsom 0,33l (7,9, Svieč.na smot.11002 213/6/1,7, Žemľové knedle 160g (1,3,7)	ovocné pyré	Vianočka 225g (1,3,7), Maslo 20 gr. 2 ks (7), Džem 20g (12), Miláčik 1 ks/7	
	ŠPEC	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Šunka 50 g/6, Obloha zeleninová 100g, Čaj dia 0.25 l E: 20 301 kJ, E: 4 176 kcal, Bielk.: 204,1 g, Tuky: 91,4 g, Sach.: 817,8 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 12,24 g, Ca: 2 067 mg, A: 0 ug, B1: 4,428 mg, B2: 464,465 mg, C: 109,9 mg, Fe: 50,16 mg, Vl.: 126,0 g	Ovocie hrusky I ks	Polievka zeleninová s hovädzím mäsom 0,33l (7,9, Svieč.na smot.11002 213/6/1,7, Žemľové knedle 160g (1,3,7)	ovocné pyré	Chlieb 100g (1), Maslo 20 gr. 2 ks (7), Šunka hydinová 100g (aler.viď obal), Jogurt ovocný dia /7,12	Rožok soj.DSN 1033 dia/1, Maslo 20g (7)

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

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

		Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
Pi 26.4.	RAC	Chlieb 100g (1), Vajce 1 ks (aler.3), Čaj pravý so sirupom 0.2 l, Maslo 20g (7)	moravský koláč 80g	Polievka šošovicová s párkom (desiatová) 0,33l (1), Moravské koláče 350g (1,3,7)	Ovocie pomaranc 1 ks	Bravčový tokáň na mäsiarsky spôsob 196g/96g (1,9,10), Halušky - príloha 200g (1,3), Uhorka sterilizovaná 50g	
		E: 7 841 kJ, E: 1 200 kcal, Bielk.: 59,0 g, Tuky: 35,8 g, Sach.: 225,6 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 1,93 g, Ca: 339 mg, A: 0 ug, B1: 0,720 mg, B2: 825,958 mg, C: 108,2 mg, Fe: 7,84 mg, Vl.: 19,3 g					
	DIA	Chlieb 100g (1), Vajce 1 ks (aler.3), Čaj dia 0.25 l, Maslo 20g (7)	Jogurt biely	Polievka šošovicová s párkom (desiatová) 0,33l (1), Kuracie prsia na masle s jablkami 227g/120g (7), Opekané zemiaky	Ovocie pomaranc 1 ks	Bravčový tokáň na mäsiarsky spôsob 196g/96g (1,9,10), Halušky - príloha 100g (1,3), Uhorka sterilizovaná 50g	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Zelenina rajčina 100g
		E: 7 799 kJ, E: 1 606 kcal, Bielk.: 36,3 g, Tuky: 41,3 g, Sach.: 192,2 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,15 g, Ca: 279 mg, A: 0 ug, B1: 1,077 mg, B2: 920,370 mg, C: 209,6 mg, Fe: 11,63 mg, Vl.: 36,0 g					
ŠET	Chlieb 100g (1), Vajce 1 ks (aler.3), Čaj pravý so sirupom 0.2 l, Maslo 20g (7)	moravský koláč 80g	Polievka krúpková 0,33l (1,9), Moravské koláče 350g (1,3,7)	Ovocie pomaranc 1 ks	Bravčový tokáň na mäsiarsky spôsob 196g/96g (1,9,10), Halušky - príloha 200g (1,3), Cvikla 120g		
	E: 7 652 kJ, E: 1 120 kcal, Bielk.: 56,7 g, Tuky: 34,9 g, Sach.: 237,2 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 1,99 g, Ca: 400 mg, A: 0 ug, B1: 0,743 mg, B2: 736,973 mg, C: 129,4 mg, Fe: 9,49 mg, Vl.: 23,8 g						
ŠPEC	Chlieb 100g (1), Vajce 1 ks (aler.3), Čaj pravý so sirupom 0.2 l, Maslo 20g (7)	Jogurt biely	Polievka šošovicová s párkom (desiatová) 0,33l (1), Kuracie prsia na masle s jablkami 227g/120g (7), Opekané zemiaky	Ovocie pomaranc 1 ks	Bravčový tokáň na mäsiarsky spôsob 196g/96g (1,9,10), Halušky - príloha 100g (1,3), Uhorka sterilizovaná 50g	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Zelenina rajčina 100g	
	E: 8 121 kJ, E: 1 606 kcal, Bielk.: 36,3 g, Tuky: 41,3 g, Sach.: 212,1 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,15 g, Ca: 279 mg, A: 0 ug, B1: 1,077 mg, B2: 920,370 mg, C: 209,6 mg, Fe: 11,63 mg, Vl.: 36,0 g						
So 27.4.	RAC	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Syr plátkový 2ks 40g (7), Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Croissant nugát. 60g	Polievka karfiolová 0,33l (1,7,9), Jaternica 150g, Zemiaky varené 200g, Šalát z kyslej kapusty 100g	Ovocie jablka l ks	Šalátový prívarok VR 42/1,7, Vajce 1 ks (aler.3), Chlieb 100g (1)	
		E: 8 469 kJ, E: 1 329 kcal, Bielk.: 78,0 g, Tuky: 84,1 g, Sach.: 271,2 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,27 g, Ca: 776 mg, A: 0 ug, B1: 1,452 mg, B2: 518,663 mg, C: 176,2 mg, Fe: 16,52 mg, Vl.: 47,0 g					
DIA	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Syr plátkový 2ks 40g (7), Čaj dia 0.25 l	Jablkové pyré 100g (1,8)	Polievka karfiolová 0,33l (1,7,9), Zemiaky varené 100 g, Kurča dusené na zelenine (šetr) 300g/150g (1,7)	Ovocie jablka l ks	Šalátový prívarok VR 42/1,7, Vajce 1 ks (aler.3), Chlieb 100g (1)	Kaša z ovsených vločiek (šetr) 150g (1,7)	
	E: 7 028 kJ, E: 1 410 kcal, Bielk.: 58,3 g, Tuky: 51,8 g, Sach.: 279,6 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 6,45 g, Ca: 969 mg, A: 1 ug, B1: 1,703 mg, B2: 644,996 mg, C: 175,4 mg, Fe: 18,79 mg, Vl.: 51,9 g						

ŠET	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Syr plátkový 2ks 40g (7), Zelenina rajčina 100g, Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Croissant nugát. 60g	Polievka karfiolová 0,33l (1,7,9), Zemiaky varené 200g, Kurča dusené na zelenine (šetr) 300g/150g (1,7)	Ovocie jablka 1 ks	Šalátový prívarok VR 42/1,7, Vajce 1 ks (aler.3), Chlieb 100g (1)		
	E: 6 021 kJ, E: 1 228 kcal, Bielk.: 52,2 g, Tuky: 42,4 g, Sach.: 248,3 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,38 g, Ca: 816 mg, A: 1 ug, B1: 1,551 mg, B2: 398,742 mg, C: 210,7 mg, Fe: 18,12 mg, Vl.: 49,8 g						
ŠPEC	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Syr plátkový 2ks 40g (7), Čaj dia 0.25 l	Jablkové pyré 100g (1,8)	Polievka karfiolová 0,33l (1,7,9), Zemiaky varené 200g, Kurča dusené na zelenine (šetr) 300g/150g (1,7)	Ovocie jablka 1 ks	Šalátový prívarok VR 42/1,7, Vajce 1 ks (aler.3), Chlieb 100g (1)	Kaša z ovsených vločiek (šetr) 150g (1,7)	
	E: 7 486 kJ, E: 1 519 kcal, Bielk.: 61,1 g, Tuky: 52,0 g, Sach.: 308,4 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 6,59 g, Ca: 994 mg, A: 1 ug, B1: 1,851 mg, B2: 645,081 mg, C: 202,3 mg, Fe: 20,30 mg, Vl.: 56,4 g						
Ne 28.4.	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera	
	RAC	Buchta lekvarova 80 g, Buchta tvarohová 80g (1,3), Kakao 0,25 l	Kaša z ovsených vločiek (šetr) 150g (1,7)	Polievka hovädzia s mäsom, Bravčový rezeň vyprážený 120g (1,3,7), Opekané zemiaky, Kompót jablkový 150g	Obložený chlieb 2 ks 160g (1,3,7)	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Rybia konzerva 125g (aler.viď obal)	
	E: 9 578 kJ, E: 1 749 kcal, Bielk.: 102,1 g, Tuky: 84,3 g, Sach.: 253,3 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 6,02 g, Ca: 1 052 mg, A: 0 ug, B1: 2,089 mg, B2: 703,388 mg, C: 90,9 mg, Fe: 18,71 mg, Vl.: 32,8 g						
	DIA	Chlieb 50g (1), Saláma trvanlivá 100g, Čaj dia 0.25 l	Jogurt ovocný dia /7,12	Polievka hovädzia s mäsom, Bravčový rezeň vyprážený 120g (1,3,7), Opekané zemiaky, Kompót jablkový dia 150g	Obložený chlieb 2 ks 160g (1,3,7)	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Rybia konzerva 125g (aler.viď obal)	Obložený chlieb (dia) 45g (1,7)
	E: 10 882 kJ, E: 2 178 kcal, Bielk.: 128,5 g, Tuky: 91,8 g, Sach.: 271,8 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 5,67 g, Ca: 1 756 mg, A: 0 ug, B1: 2,257 mg, B2: 466,192 mg, C: 100,1 mg, Fe: 19,31 mg, Vl.: 35,9 g						
ŠET	Buchta lekvarova 80 g, Buchta tvarohová 80g (1,3), Čaj pravý 0,25 l	Kaša z ovsených vločiek (šetr) 150g (1,7)	Polievka hovädzia s mäsom, Bravčový rezeň prírodný 190g/130g (1,9), Zemiaky varené 150g, Kompót jablkový 150g	Obložený chlieb 2 ks 160g (1,3,7)	Knedle slivkové H (dia) 250g (1,3,7)		
E: 7 899 kJ, E: 872 kcal, Bielk.: 65,4 g, Tuky: 68,6 g, Sach.: 182,9 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 6,14 g, Ca: 320 mg, A: 0 ug, B1: 2,100 mg, B2: 425,278 mg, C: 65,0 mg, Fe: 9,26 mg, Vl.: 21,1 g							
ŠPEC	Chlieb 50g (1), Saláma trvanlivá 100g, Čaj dia 0.25 l	Jogurt ovocný dia /7,12	Polievka hovädzia s mäsom, Bravčový rezeň vyprážený 120g (1,3,7), Opekané zemiaky, Kompót jablkový dia 150g	Obložený chlieb 2 ks 160g (1,3,7)	Knedle slivkové H (dia) 250g (1,3,7)		
E: 8 468 kJ, E: 1 464 kcal, Bielk.: 83,5 g, Tuky: 67,3 g, Sach.: 213,1 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,08 g, Ca: 1 352 mg, A: 0 ug, B1: 1,814 mg, B2: 317,168 mg, C: 100,1 mg, Fe: 10,35 mg, Vl.: 25,6 g							

Zmena jedálneho lístka je vyhradená.



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

	Schválil: Ing. Peter Mészáros:	
	