

JEDÁLNY LÍSTOK NA OBDOBIE OD 28.04.2025 DO 03.05.2025

Po 28.4.		Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant
	RAC	Chlieb 100g (1), Nátierka šunková pena, Čaj pravý 0,25 l	Slivky 250g	Cesnaková polievka s opr.chlebom 0,33l (1,9), Jaternica 150g, Zemiaky varené 200g, Čalamáda 150g	Pizza rohlík 50g (1,7)
		E: 10 627 kJ, E: 1 550 kcal, Bielk.: 72,1 g, Tuky: 66,8 g, Sach.: 358,8 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,27 g, Ca: 749 mg, A: 0 ug, B1: 1,248 mg, B2: 766,859 mg, C: 119,6 mg, Fe: 12,15 mg, Vl.: 32,9 g			
	DIA	Chlieb 50g (1), Nátierka šunková pena, Čaj dia 0,25 l	Ovocie jablka l ks	Cesnaková polievka s opr.chlebom 0,33l (1,9), Zemiaky varené 200g	Acid.mlieko 250g
		E: 6 015 kJ, E: 1 149 kcal, Bielk.: 36,1 g, Tuky: 23,1 g, Sach.: 233,7 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,12 g, Ca: 628 mg, A: 0 ug, B1: 0,997 mg, B2: 569,106 mg, C: 123,7 mg, Fe: 10,55 mg, Vl.: 30,8 g			
	ŠET	Chlieb 100g (1), Nátierka šunková pena, Čaj pravý 0,25 l	Ovocie jablka l ks	Polievka zeleninová (šetr) 0,33l (1,3,7,9), Zemiaky varené 200g, Kurací tokáň na maďarský spôsob (šetr) 260g/150g (1)	Pizza rohlík 50g (1,7)
		E: 11 573 kJ, E: 1 369 kcal, Bielk.: 41,7 g, Tuky: 31,9 g, Sach.: 312,5 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 11,92 g, Ca: 785 mg, A: 1 ug, B1: 1,708 mg, B2: 779,146 mg, C: 139,5 mg, Fe: 11,99 mg, Vl.: 35,5 g			
	ŠPEC			Polievka zeleninová (šetr) 0,33l (1,3,7,9), Zemiaky varené 200g, Kurací tokáň na maďarský spôsob (šetr) 260g/150g (1)	
		E: 9 220 kJ, E: 898 kcal, Bielk.: 30,8 g, Tuky: 29,3 g, Sach.: 206,5 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 10,49 g, Ca: 699 mg, A: 1 ug, B1: 1,292 mg, B2: 561,513 mg, C: 120,9 mg, Fe: 7,47 mg, Vl.: 19,5 g			
Ut 29.4.		Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant
	RAC	Chlieb 50g (1), moravský koláč 80g, Maslo 20g (7), Mlieko 2,5 dl (7)	Jogurt ovocný l ks/7,12	Polievka zeleninová so strúhankou (šetr) 0,33l (1,3,9), Halušky s vajcom 360g (1,3,7), Hlávkový šalát 1/4 hláv	Obložený chlieb 80g (1,3,7)
		E: 6 480 kJ, E: 1 379 kcal, Bielk.: 55,5 g, Tuky: 58,7 g, Sach.: 164,5 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,65 g, Ca: 580 mg, A: 0 ug, B1: 0,884 mg, B2: 665,720 mg, C: 46,3 mg, Fe: 7,78 mg, Vl.: 18,5 g			
	DIA	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Saláma jemná (sekaná) 50g, Čaj dia 0.25 l	Jogurt ovocný dia /7,12	Polievka zeleninová so strúhankou (šetr) 0,33l (1,3,9), Halušky s vajcom 360g (1,3,7), Hlávkový šalát 1/4 hláv	Obložený chlieb 70g (1,7)
		E: 17 090 kJ, E: 3 768 kcal, Bielk.: 144,1 g, Tuky: 96,2 g, Sach.: 673,1 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 11,28 g, Ca: 1 094 mg, A: 0 ug, B1: 3,794 mg, B2: 521,041 mg, C: 43,5 mg, Fe: 42,80 mg, Vl.: 115,0 g			
	ŠET	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Saláma jemná (sekaná) 50g, Čaj pravý 0,25 l	Jogurt ovocný l ks/7,12	Polievka zeleninová so strúhankou (šetr) 0,33l (1,3,9), Kuracie soté 165g/135g (1,3,7,9), Zemiaková kaša 200g (7), Cvikla 120g	Obložený chlieb 70g (1,7)
		E: 7 671 kJ, E: 1 319 kcal, Bielk.: 33,1 g, Tuky: 38,6 g, Sach.: 264,7 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 1,88 g, Ca: 359 mg, A: 3 ug, B1: 0,966 mg, B2: 427,860 mg, C: 100,9 mg, Fe: 12,37 mg, Vl.: 32,3 g			

	ŠPEC			Polievka zeleninová so strúhankou (šetr) 0,33l (1,3,9), Kuracie soté 165g/135g (1,3,7,9), Zemiaková kaša 200g (7), Cvikla 120g	
		E: 3 149 kJ, E: 534 kcal, Bielk.: 15,2 g, Tuky: 23,3 g, Sach.: 117,2 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 0,74 g, Ca: 283 mg, A: 3 ug, B1: 0,554 mg, B2: 216,940 mg, C: 98,9 mg, Fe: 8,40 mg, Vl.: 21,8 g			
St 30.4.		Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant
	RAC	Chlieb 100g (1), Masť - mastenie 30g, Čaj pravý 0,25 l, red'kovka	Ovocie banán 1 ks	Špenátová polievka 0,33l (1,3,7,9), Rizoto bratislavské (š,b) 400g/48g (1,7), Cvikla 120g	Jogurt ovocný l ks/7,12
		E: 9 104 kJ, E: 1 369 kcal, Bielk.: 79,7 g, Tuky: 34,4 g, Sach.: 447,3 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,12 g, Ca: 1 529 mg, A: 0 ug, B1: 2,135 mg, B2: 187,424 mg, C: 882,9 mg, Fe: 51,25 mg, Vl.: 81,7 g			
	DIA	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Saláma jemná (sekaná) 50g, Čaj dia 0.25 l, red'kovka	Ovocie banán 1 ks	Špenátová polievka 0,33l (1,3,7,9), Rizoto bratislavské (š,b) 400g/48g (1,7), Cvikla 120g	Jogurt ovocný dia /7,12
		E: 9 759 kJ, E: 1 409 kcal, Bielk.: 81,3 g, Tuky: 41,7 g, Sach.: 412,3 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,10 g, Ca: 1 695 mg, A: 0 ug, B1: 2,161 mg, B2: 261,969 mg, C: 885,3 mg, Fe: 51,03 mg, Vl.: 80,9 g			
	ŠET	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Saláma jemná (sekaná) 50g, Čaj pravý 0,25 l	Ovocie banán 1 ks	Špenátová polievka 0,33l (1,3,7,9), Rizoto bratislavské (šetr) 400g/48g (1,7), Cvikla 120g	Jogurt ovocný l ks/7,12
		E: 7 632 kJ, E: 890 kcal, Bielk.: 65,5 g, Tuky: 34,0 g, Sach.: 238,7 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,21 g, Ca: 356 mg, A: 0 ug, B1: 0,700 mg, B2: 261,048 mg, C: 49,3 mg, Fe: 15,22 mg, Vl.: 21,7 g			
	ŠPEC		Ovocie banán 1 ks	Špenátová polievka 0,33l (1,3,7,9), Rizoto bratislavské (šetr) 400g/48g (1,7), Cvikla 120g	Jogurt ovocný l ks/7,12
		E: 5 126 kJ, E: 562 kcal, Bielk.: 54,7 g, Tuky: 28,0 g, Sach.: 158,3 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 1,12 g, Ca: 288 mg, A: 0 ug, B1: 0,369 mg, B2: 186,620 mg, C: 49,3 mg, Fe: 11,86 mg, Vl.: 11,9 g			
Št 1.5.		Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant
	RAC	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Šunka hydinová 50g (aler.viď obal), Čaj pravý 0,25 l	Ovocie jablka l ks	Vývar slepačí s mäsom a rezancami 0,33l (1,9), Rezne vo vajíčku, Zemiaková kaša 200g (7), Kapustový šalát 120g	Miláčik l ks/7
		E: 7 698 kJ, E: 1 551 kcal, Bielk.: 71,2 g, Tuky: 58,0 g, Sach.: 271,1 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 5,68 g, Ca: 389 mg, A: 0 ug, B1: 1,895 mg, B2: 367,655 mg, C: 213,5 mg, Fe: 16,70 mg, Vl.: 42,9 g			
	DIA	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Šunka hydinová 100g (aler.viď obal), Čaj dia 0.25 l	Ovocie jablka l ks	Vývar slepačí s mäsom a rezancami 0,33l (1,9), Rezne vo vajíčku, Zemiaková kaša 150g (7), Kapustový šalát 120g	Ovocna vyziva dia/12
		E: 7 601 kJ, E: 1 502 kcal, Bielk.: 74,8 g, Tuky: 59,3 g, Sach.: 197,1 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 5,68 g, Ca: 330 mg, A: 0 ug, B1: 1,671 mg, B2: 518,321 mg, C: 182,3 mg, Fe: 14,45 mg, Vl.: 34,9 g			
	ŠET	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Šunka hydinová 50g (aler.viď obal), Čaj pravý 0,25 l	Ovocie jablka l ks	Vývar slepačí s mäsom a rezancami 0,33l (1,9), Zemiaková kaša 200g (7), Kuracie mäso pečené na masle 170g/120g (7), broskyňový kompot	Miláčik l ks/7
		E: 10 577 kJ, E: 1 429 kcal, Bielk.: 63,6 g, Tuky: 54,1 g, Sach.: 253,6 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 12,14 g, Ca: 902 mg, A: 0 ug, B1: 1,699 mg, B2: 325,969 mg, C: 96,4 mg, Fe: 13,77 mg, Vl.: 39,2 g			

			Ovocie jablka I ks		Miláčik I ks/7
	ŠPEC	E: 256 kJ, E: 60 kcal, Bielk.: 0,0 g, Tuky: 0,0 g, Sach.: 25,6 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 0,34 g, Ca: 16 mg, A: 0 ug, B1: 0,084 mg, B2: 60,800 mg, C: 18,6 mg, Fe: 1,16 mg, Vl.: 6,2 g			
Pi 2.5.		Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant
	RAC	Chlieb 100g (1), Párky varené s horčicou 2ks (10), Čaj pravý 0,25 l	Ovocie banán 1 ks	Gulášová polievka 0,33l (1,3,7,9), Dukátové buchtičky s vanil.krémom 220g/180g (1,3,7), Ovocie jablka I ks	termix
		E: 9 159 kJ, E: 1 354 kcal, Bielk.: 63,3 g, Tuky: 78,6 g, Sach.: 297,6 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 6,09 g, Ca: 425 mg, A: 0 ug, B1: 1,709 mg, B2: 626,224 mg, C: 70,9 mg, Fe: 10,74 mg, Vl.: 26,2 g			
	DIA	Chlieb 50g (1), Párky varené s horčicou 2ks (10), Čaj dia 0,25 l	Ovocie banán 1 ks	Gulášová polievka 0,33l (1,3,7,9), Ovocie jablka I ks, Rezance s tvarohom (dia) 380g (1,7)	Keks dia I ks (1,6,7,8)
		E: 9 402 kJ, E: 797 kcal, Bielk.: 73,2 g, Tuky: 61,2 g, Sach.: 281,7 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 5,94 g, Ca: 171 mg, A: 0 ug, B1: 1,507 mg, B2: 298,747 mg, C: 66,0 mg, Fe: 10,05 mg, Vl.: 23,7 g			
	ŠET	Chlieb 100g (1), Párky varené s horčicou 2ks (10), Čaj pravý 0,25 l	Ovocie banán 1 ks	Ovocie jablka I ks, Rezance s tvarohom (dia) 380g (1,7), Polievka krúpková 0,33l (1,9)	termix
		E: 8 835 kJ, E: 910 kcal, Bielk.: 47,5 g, Tuky: 24,2 g, Sach.: 325,6 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 5,16 g, Ca: 263 mg, A: 0 ug, B1: 0,877 mg, B2: 262,666 mg, C: 58,9 mg, Fe: 10,34 mg, Vl.: 27,4 g			
	ŠPEC				termix
So 3.5.		Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant
	RAC	Chlieb 100g (1), Čaj pravý 0,25 l, Zelenina paprika 50g, Miesane vaj.na cib.19216 90g	Slivky	Polievka zemiaková kyslá 0,33l (1,7), Bravčový perkelt 254g/104g (1), Cestoviny/príloha 200g (1,3,7), Uhorka sterilizovaná 50g	Jogurt ovocný I ks/7,12
		E: 6 680 kJ, E: 1 175 kcal, Bielk.: 57,5 g, Tuky: 44,2 g, Sach.: 270,2 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 1,74 g, Ca: 312 mg, A: 0 ug, B1: 0,912 mg, B2: 422,202 mg, C: 163,4 mg, Fe: 9,30 mg, Vl.: 29,1 g			
	DIA	Chlieb 50g (1), Čaj dia 0,25 l, Zelenina paprika 50g, Miesane vaj.na cib.19216 90g	Marhule dia 0,25 kg	Polievka zemiaková kyslá 0,33l (1,7), Bravčový perkelt 254g/104g (1), Cestoviny/príloha 120g (1,3,7), Uhorka ster. 50g dia	Jogurt ovocný dia /7,12
		E: 6 275 kJ, E: 1 188 kcal, Bielk.: 63,4 g, Tuky: 50,5 g, Sach.: 230,3 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 1,88 g, Ca: 706 mg, A: 0 ug, B1: 0,973 mg, B2: 422,632 mg, C: 187,4 mg, Fe: 10,43 mg, Vl.: 32,6 g			
	ŠET	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Šunka hydínová 50g (aler.viď obal), Čaj pravý 0,25 l	Slivky	Bravčový perkelt 254g/104g (1), Cestoviny/príloha 200g (1,3,7), Polievka zemiaková so šunkou (šetr) 0,33l (7,9), Cvikla 120g	Jogurt ovocný I ks/7,12
		E: 6 924 kJ, E: 1 034 kcal, Bielk.: 54,7 g, Tuky: 22,1 g, Sach.: 307,4 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,54 g, Ca: 339 mg, A: 0 ug, B1: 1,085 mg, B2: 148,183 mg, C: 124,6 mg, Fe: 13,50 mg, Vl.: 38,2 g			
	ŠPEC				



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

Večera	Druhá večera	Ostatné
Krupic.kasa VR55 540g, 1,7, Ovocie banán 1 ks		
Ovocie banán 1 ks, Krupicová kaša (dia) 360g (1,7)	Chlieb so syrom 42,5g (1,7), Saláma 2 pl.	
Krupic.kasa VR55 540g, 1,7, Ovocie banán 1 ks		
Krupic.kasa VR55 540g, 1,7, Ovocie banán 1 ks		

Večera	Druhá večera	Ostatné
Bravčové mäso na plovdivský spôsob 224g/104g (1), Ryža dusená 150g, Uhorka sterilizovaná 50g		
Bravčové mäso na plovdivský spôsob 224g/104g (1), Ryža dusená 100g, Uhorka sterilizovaná 50g	Rožok soj.DSN 1033 dia/1, Paštéta 50g (aler.viď obal)	
Ryža dusená 150g, Bravčové mäso dusené v karotke 214g/64g (1,7)		



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

Bravčové mäso dusené v karotke 214g/64g (1,7)		

Večera	Druhá večera	Ostatné
Zemiakový guláš po sedliacky 400g (1,9), Chlieb 50g (1)		
Zemiakový guláš po sedliacky 400g (1,9), Chlieb 50g (1)	Chlieb s maslom 60g (1,7), Zelenina rajčina 50g	
Hovädzie mäso varené 93g (-), Varené batáty 210g		
Hovädzie mäso varené 93g (-), Varené batáty 210g		

Večera	Druhá večera	Ostatné
Zelenina paprika 50g, Chlieb 100g (1), Pečeňový syr		
Zelenina paprika 50g, Chlieb 100g (1), Pečeňový syr	Obložený chlieb (dia) 45g (1,3,7)	
Chlieb 100g (1), Syr šulcový 100g (7), Zelenina rajčina 50g		



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

Večera	Druhá večera	Ostatné
Bravčové stehno na horčici p:54g/100g (1,10), Ryža dusená 200g		
Bravčové stehno na horčici p:54g/100g (1,10), Ryža dusená 100g	Ovoc.výživa DIA I ks	
Ryža dusená 200g, Bravčové ragú (šetr) 270g/102g (1,7)		
Večera	Druhá večera	Ostatné
Zemiakový nákyp s údeným mäsom 320g (1,3,7), Čalamáda 150g		
Zemiakový nákyp s údeným mäsom 320g (1,3,7), Uhorka ster. 50g dia	Chlieb so syrom (dia) 60g (1,7)	
Mäsový nákyp (šetr.) 110g (1,3,7), Zemiaky varené 200g, Šalát zelerový s jablkami 100g (9)		



"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:	
		