



JEDÁLNY LÍSTOK NA OBDOBIE OD 10. 6. 2024 DO 16. 6. 2024

Po		Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
10.6.	RAC	Vajíčková nát.VR27 50g/3,7, Rohlík 2 ks (1), Čaj pravý 0,25 l	Obložený chlieb 2 ks 160g (1,3,7), Čaj pravý 0,25 l	Krupicová polievka s vajcom (šetr) 0,33l (1,3,7,9), Transylvánska kapusta zapekaná 320g/75g/35g (7)	Krupicová kaša 180g, (1,7)	Bravčové stehno na divoko 176g/96g (-), Cestovinová ryža 190g (1)	
		E: 10 140 kJ, E: 1 123 kcal, Bielk.: 86,3 g, Tuky: 81,0 g, Sach.: 300,3 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 6,98 g, Ca: 461 mg, A: 0 ug, B1: 2,258 mg, B2: 456,145 mg, C: 25,5 mg, Fe: 8,81 mg, Vl.: 23,6 g					
	DIA	Vajíčková nát.VR27 50g/3,7, Čaj dia 0.25 l, Rožok sojový 50g dia 2 ks/6	Obložený chlieb 2 ks 160g (1,3,7), Čaj dia 0.25 l	Krupicová polievka s vajcom (šetr) 0,33l (1,3,7,9), Transylvánska kapusta zapekaná 320g/75g/35g (7)	Broskyne I ks	Bravčové stehno na divoko 176g/96g (-), Cestovinová ryža 190g (1)	Šalát zeleninový/9
		E: 28 511 kJ, E: 5 772 kcal, Bielk.: 254,8 g, Tuky: 128,3 g, Sach.: 1 317,3 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 21,41 g, Ca: 1 369 mg, A: 1 ug, B1: 8,110 mg, B2: 297,692 mg, C: 45,8 mg, Fe: 80,69 mg, Vl.: 222,7 g					
ŠET	Vajíčková nát.VR27 50g/3,7, Rožok sojový 50g dia 2 ks/6, Čaj pravý 0,25 l	Obložený chlieb 2 ks 160g (1,3,7), Čaj pravý 0,25 l	Krupicová polievka s vajcom (šetr) 0,33l (1,3,7,9), Zemiaky varené 200g, Bravčový závitok prírodný p:58g/90g (1,3,10), Rajčiakový šalát 120g (-)	Krupicová kaša 180g, (1,7)	Bravčové stehno na divoko 176g/96g (-), Cestovinová ryža 190g (1)		
	E: 30 785 kJ, E: 5 985 kcal, Bielk.: 272,0 g, Tuky: 153,8 g, Sach.: 1 373,1 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 21,35 g, Ca: 1 501 mg, A: 0 ug, B1: 8,564 mg, B2: 562,789 mg, C: 117,8 mg, Fe: 78,80 mg, Vl.: 218,1 g						
ŠPEC	Vajíčková nát.VR27 50g/3,7, Rožok sojový 50g dia 2 ks/6, Čaj pravý 0,25 l	Obložený chlieb 2 ks 160g (1,3,7), Čaj dia 0.25 l	Krupicová polievka s vajcom (šetr) 0,33l (1,3,7,9), Zemiaky varené 200g, Bravčový závitok prírodný p:58g/90g (1,3,10), Rajčiakový šalát 120g (-)	Broskyne I ks	Bravčové stehno na divoko 176g/96g (-), Cestovinová ryža 190g (1)	Šalát zeleninový/9	
	E: 29 852 kJ, E: 5 926 kcal, Bielk.: 268,3 g, Tuky: 146,1 g, Sach.: 1 366,0 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 21,39 g, Ca: 1 395 mg, A: 1 ug, B1: 8,621 mg, B2: 402,592 mg, C: 138,1 mg, Fe: 82,38 mg, Vl.: 226,8 g						
Ut	RAC	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
		Chlieb 100g (1), Pečeňový syr, Čaj pravý 0,25 l	Ryža s ovocím 300g (7)	Hrachová polievka s údeným bôčikom 0,33l (1,3,7,9), Znoj.guláš 11103 183/63 mäš./1, Ryža dusená 150g, Uhorka sterilizovaná 50g, Chlieb 100g (1)	Pagáč syrový 200g (1,3,7), Čaj pravý 0,25 l	Zem.so syr.a šun. 04333 365g/3,7, Mrkva s jabl.VR68 250g	
E: 9 106 kJ, E: 1 804 kcal, Bielk.: 85,7 g, Tuky: 44,5 g, Sach.: 397,8 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,07 g, Ca: 983 mg, A: 2 ug, B1: 1,892 mg, B2: 358,154 mg, C: 127,4 mg, Fe: 22,55 mg, Vl.: 53,3 g							

	DIA	Čaj dia 0.25 l, Chlieb 50g (1), Saláma šunková 100 g, Zelenina rajčina 100g	Ryža s ovocím (dia) 300g (7)	Hrachová polievka s údeným bôčikom 0,33l (1,3,7,9), Znoj.guláš 11103 183/63 mäš./1, Ryža dusená 100g, Uhorka sterilizovaná 50g, Chlieb 100g (1)	Jogurt ovocný dia /7,12	Zem.so syr.a šun. 04333 365g/3,7, Mrkva s jabl.VR68 250g	Obložený chlieb (dia) 45g (1,3,7), Čaj dia 0.25 l	
	E: 10 517 kJ, E: 2 302 kcal, Bielk.: 118,6 g, Tuky: 58,3 g, Sach.: 373,4 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,21 g, Ca: 2 119 mg, A: 2 ug, B1: 2,182 mg, B2: 496,139 mg, C: 167,6 mg, Fe: 22,49 mg, Vl.: 51,6 g							
	ŠET	Chlieb 100g (1), Čaj pravý 0,25 l, Saláma šunková 100 g, Zelenina rajčina 100g	Ryža s ovocím 300g (7)	Znoj.guláš 11103 183/63 mäš./1, Ryža dusená 150g, Karotkový šalát (dia) 120g, Obilninová polievka/KendDP	Pagáč syrový 200g (1,3,7), Čaj pravý 0,25 l	Zem.so syr.a šun. 04333 365g/3,7, Mrkva s jabl.VR68 250g		
	E: 8 145 kJ, E: 1 674 kcal, Bielk.: 72,0 g, Tuky: 44,7 g, Sach.: 339,0 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,11 g, Ca: 1 051 mg, A: 5 ug, B1: 1,529 mg, B2: 434,339 mg, C: 167,0 mg, Fe: 21,20 mg, Vl.: 46,5 g							
	ŠPEC	Chlieb 100g (1), Čaj pravý 0,25 l, Saláma šunková 100 g, Zelenina rajčina 100g		Znoj.guláš 11103 183/63 mäš./1, Ryža dusená 150g, Karotkový šalát (dia) 120g, Obilninová polievka/KendDP	Jogurt ovocný dia /7,12	Zem.so syr.a šun. 04333 365g/3,7, Mrkva s jabl.VR68 250g	Obložený chlieb (dia) 45g (1,3,7), Čaj dia 0.25 l	
	E: 10 108 kJ, E: 2 258 kcal, Bielk.: 102,5 g, Tuky: 54,7 g, Sach.: 359,5 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,44 g, Ca: 1 905 mg, A: 5 ug, B1: 1,809 mg, B2: 495,504 mg, C: 168,4 mg, Fe: 21,50 mg, Vl.: 45,7 g							
St 12.6.		Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera	
	RAC	Bageta 110 g, Nátierka sardinková, Čaj pravý 0,25 l	Ovocie jablka l ks	Zelerová polievka so zemiakmi 0,33l (7,9), Francúzske zemiaky 366g (1,3,7), Šalát z cvikly 100g	Ovocná výživa/12	Bravčové stehno na horčici p:54g/100g (1,10), Ryža dusená 150g, Čaj pravý 0,25 l		
	E: 11 000 kJ, E: 1 597 kcal, Bielk.: 76,9 g, Tuky: 88,7 g, Sach.: 337,0 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,28 g, Ca: 318 mg, A: 0 ug, B1: 2,179 mg, B2: 937,085 mg, C: 123,3 mg, Fe: 10,17 mg, Vl.: 28,0 g							
	DIA	Nátierka sardinková, Čaj dia 0.25 l, Chlieb 50g (1)	Ovocie jablka l ks	Zelerová polievka so zemiakmi 0,33l (7,9), Šalát z cvikly 100g, Francúzske zemiaky (b,š) 330g (1,3,7)	Ovoc.výživa DIA l ks	Bravčové stehno na horčici p:54g/100g (1,10), Ryža dusená 150g, Čaj dia 0.25 l	Jogurt biely	
E: 7 874 kJ, E: 1 632 kcal, Bielk.: 57,8 g, Tuky: 69,0 g, Sach.: 216,3 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,93 g, Ca: 263 mg, A: 0 ug, B1: 1,578 mg, B2: 846,253 mg, C: 112,5 mg, Fe: 10,11 mg, Vl.: 29,6 g								
ŠET	Čaj pravý 0,25 l, Závin tvarohový 180g	Ovocie jablka l ks	Zelerová polievka so zemiakmi 0,33l (7,9), Šalát z cvikly 100g, Francúzske zemiaky (b,š) 330g (1,3,7)	Ovocná výživa/12	Bravčové stehno na horčici p:54g/100g (1,10), Ryža dusená 150g, Čaj pravý 0,25 l			
E: 6 784 kJ, E: 1 183 kcal, Bielk.: 45,6 g, Tuky: 63,8 g, Sach.: 253,8 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,29 g, Ca: 163 mg, A: 0 ug, B1: 1,388 mg, B2: 582,351 mg, C: 117,6 mg, Fe: 7,28 mg, Vl.: 24,3 g								

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

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

	ŠPEC	Čaj pravý 0,25 l, Závin tvarohový 180g	Ovocie jablka l ks	Zelerová polievka so zemiakmi 0,33l (7,9), Šalát z cvikly 100g, Francúzske zemiaky (b,š) 330g (1,3,7)	Ovoc.výživa DIA l ks	Bravčové stehno na horčici p:54g/100g (1,10), Ryža dusená 150g, Čaj dia 0.25 l	Jogurt biely
		E: 6 068 kJ, E: 1 103 kcal, Bielk.: 45,6 g, Tuky: 63,8 g, Sach.: 210,9 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,29 g, Ca: 163 mg, A: 0 ug, B1: 1,388 mg, B2: 504,351 mg, C: 107,6 mg, Fe: 7,28 mg, Vl.: 24,3 g					
Št 13.6.		Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
	RAC	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Džem 20g (12), Čaj pravý 0,25 l	Pizza rohlík 50g (1,7)	Polievka sediacka 0,33l (1,7,9), Špag.s br.mäs. 420g 15608/1,7, Keks 1,6,7,8	Tvarohová pena s marhuľami 70g (7)	Chlieb 100g (1), Brav.vo vlast.šťave (v skle) 180g (aler.viď obal), Čaj pravý so sirupom 0.2 l	
		E: 7 198 kJ, E: 1 174 kcal, Bielk.: 51,5 g, Tuky: 37,9 g, Sach.: 237,7 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,74 g, Ca: 379 mg, A: 0 ug, B1: 0,815 mg, B2: 534,729 mg, C: 5,2 mg, Fe: 9,04 mg, Vl.: 23,4 g					
	DIA	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Saláma šunková 100 g, Čaj dia 0.25 l	Ovocie grep l ks	Polievka sediacka 0,33l (1,7,9), Špag.s br.mäs. 420g 15608/1,7, Keks 1,6,7,8	Tvarohová pena s marhuľami 70g (7)	Chlieb 100g (1), Brav.vo vlast.šťave (v skle) 180g (aler.viď obal), Čaj dia 0.25 l	Jogurt ovocný dia /7,12
		E: 8 360 kJ, E: 1 625 kcal, Bielk.: 83,3 g, Tuky: 53,1 g, Sach.: 241,7 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,68 g, Ca: 1 525 mg, A: 0 ug, B1: 1,096 mg, B2: 536,425 mg, C: 106,8 mg, Fe: 8,36 mg, Vl.: 22,5 g					
	ŠET	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Džem 20g (12), Čaj pravý 0,25 l	Pagáč zemiakový 40g (1,3,7)	Polievka sediacka 0,33l (1,7,9), Špag.s br.mäs. 420g 15608/1,7, Keks 1,6,7,8	Tvarohová pena s marhuľami 70g (7)	Chlieb 100g (1), Čaj pravý so sirupom 0.2 l, Saláma jemná (sekaná) 100g	
		E: 8 433 kJ, E: 1 174 kcal, Bielk.: 51,5 g, Tuky: 37,9 g, Sach.: 237,8 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,74 g, Ca: 379 mg, A: 0 ug, B1: 0,815 mg, B2: 534,729 mg, C: 5,2 mg, Fe: 9,04 mg, Vl.: 23,4 g					
	ŠPEC	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Saláma šunková 100 g, Čaj dia 0.25 l	Ovocie grep l ks	Polievka sediacka 0,33l (1,7,9), Špag.s br.mäs. 420g 15608/1,7, Keks 1,6,7,8	Tvarohová pena s marhuľami 70g (7)	Chlieb 100g (1), Čaj pravý so sirupom 0.2 l, Saláma jemná (sekaná) 100g	Jogurt ovocný dia /7,12
		E: 9 917 kJ, E: 1 625 kcal, Bielk.: 83,3 g, Tuky: 53,1 g, Sach.: 261,7 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,68 g, Ca: 1 525 mg, A: 0 ug, B1: 1,096 mg, B2: 536,425 mg, C: 106,8 mg, Fe: 8,36 mg, Vl.: 22,5 g					
Pi 14.6.		Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
	RAC	Chlieb 100g (1), Syr tavený 2ks 35g (7), Maslo 20g (7), Zelenina rajčina 100g, Čaj pravý 0,25 l	Kaša z ovsených vločiek (šetr) 150g (1,7)	Polievka šošovicová s párkom 0,33l (1,9), Rezance s tvarohom 390g (1,7), Ovocie jablka l ks	Šalát zelerový s jablkami 100g (9)	Prívarok zemiakový 280g (1,7), Bravčový guláš 196g/96g (1), Chlieb 100g (1)	
		E: 12 206 kJ, E: 1 905 kcal, Bielk.: 107,0 g, Tuky: 72,9 g, Sach.: 429,3 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 6,86 g, Ca: 2 092 mg, A: 0 ug, B1: 1,735 mg, B2: 466,159 mg, C: 126,9 mg, Fe: 18,09 mg, Vl.: 50,5 g					

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

DIA	Chlieb 50g (1), Syr tavený 2ks 35g (7), Maslo 20g (7), Zelenina rajčina 100g, Čaj dia 0.25 l	Ovocie pomaranc 1 ks	Polievka rascová s vajcom 0,33l (1,3,9), Zapekané cestoviny so salámou 350g (1,3,7), Cvikla 120g, Ovocie jablka 1 ks	Šalát zelerový s jablkami 100g (9)	Prívarok zemiakový 280g (1,7), Bravčový guláš 196g/96g (1), Chlieb 100g (1)	Rožok soj.DSN 1033 dia/1, Maslo 20g (7)	
	E: 19 699 kJ, E: 4 107 kcal, Bielk.: 175,2 g, Tuky: 97,4 g, Sach.: 883,7 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 12,16 g, Ca: 2 564 mg, A: 0 ug, B1: 4,324 mg, B2: 320,807 mg, C: 236,4 mg, Fe: 50,73 mg, Vl.: 147,9 g						
ŠET	Chlieb 100g (1), Syr tavený 2ks 35g (7), Maslo 20g (7), Zelenina rajčina 100g, Čaj pravý 0,25 l	Kaša z ovsených vločiek (šetr) 150g (1,7)	Variet 1 Rezance s tvarohom 390g (1,7), Ovocie jablka 1 ks Variet 2 Polievka rascová s vajcom 0,33l (1,3,9)	Šalát zelerový s jablkami 100g (9)	Prívarok zemiakový 280g (1,7), Bravčový guláš 196g/96g (1), Chlieb 100g (1)		
	E: 10 187 kJ, E: 1 789 kcal, Bielk.: 92,9 g, Tuky: 69,9 g, Sach.: 354,8 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 6,31 g, Ca: 2 042 mg, A: 0 ug, B1: 1,612 mg, B2: 389,098 mg, C: 111,5 mg, Fe: 16,37 mg, Vl.: 44,7 g						
ŠPEC	Chlieb 50g (1), Syr tavený 2ks 35g (7), Maslo 20g (7), Zelenina rajčina 100g, Čaj dia 0.25 l	Ovocie pomaranc 1 ks	Polievka rascová s vajcom 0,33l (1,3,9), Zapekané cestoviny so salámou 350g (1,3,7), Cvikla 120g, Ovocie jablka 1 ks	Šalát zelerový s jablkami 100g (9)	Prívarok zemiakový 280g (1,7), Bravčový guláš 196g/96g (1), Chlieb 100g (1)	Rožok soj.DSN 1033 dia/1, Maslo 20g (7)	
	E: 19 699 kJ, E: 4 107 kcal, Bielk.: 175,2 g, Tuky: 97,4 g, Sach.: 883,7 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 12,16 g, Ca: 2 564 mg, A: 0 ug, B1: 4,324 mg, B2: 320,807 mg, C: 236,4 mg, Fe: 50,73 mg, Vl.: 147,9 g						
So 15.6.	RAC	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
	Sendvič 100g (1), Maslo 20g (7), Saláma šunková 50 g, Vajce 1 ks (aler.3), Čaj pravý 0,25 l	Jahody 200g	Brokolicová zeleninová polievka 0,33l (9), Kurací perkelt 300g/150g (1), Halušky - príloha 200g (1,3), Uhorka sterilizovaná 50g	Puding 0.25 l/7	Brokolica zapekaná 150g (1,3,7), Zemiaky varené 200g		
	E: 5 493 kJ, E: 1 052 kcal, Bielk.: 44,2 g, Tuky: 33,4 g, Sach.: 202,5 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 1,20 g, Ca: 508 mg, A: 1 ug, B1: 0,634 mg, B2: 412,851 mg, C: 72,8 mg, Fe: 5,64 mg, Vl.: 15,2 g						
	DIA	Sendvič 50g (1), Maslo 20g (7), Saláma šunková 70 g, Vajce 1 ks (aler.3), Čaj dia 0.25 l	Jogurt biely	Brokolicová zeleninová polievka 0,33l (9), Kurací perkelt 300g/150g (1), Halušky - príloha 200g (1,3), Uhorka sterilizovaná 50g	Puding dia 1 ks 0.25 l/7	Brokolica zapekaná 150g (1,3,7), Zemiaky varené 200g	Ovocna vyziva dia/12
E: 4 201 kJ, E: 913 kcal, Bielk.: 39,9 g, Tuky: 32,9 g, Sach.: 128,8 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 0,95 g, Ca: 500 mg, A: 1 ug, B1: 0,569 mg, B2: 412,827 mg, C: 72,8 mg, Fe: 5,05 mg, Vl.: 14,0 g							
ŠET	Sendvič 100g (1), Maslo 20g (7), Saláma šunková 70 g, Čaj pravý 0,25 l	termix	Brokolicová zeleninová polievka 0,33l (9), Kurací perkelt 300g/150g (1), Halušky - príloha 200g (1,3), Uhorka sterilizovaná 50g	Puding 0.25 l/7	Brokolica zapekaná 150g (1,3,7), Zemiaky varené 200g		
E: 5 143 kJ, E: 972 kcal, Bielk.: 37,2 g, Tuky: 27,4 g, Sach.: 202,5 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 1,20 g, Ca: 508 mg, A: 1 ug, B1: 0,634 mg, B2: 328,851 mg, C: 72,8 mg, Fe: 5,64 mg, Vl.: 15,2 g							

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

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

ŠPEC	Sendvič 50g (1), Maslo 20g (7), Saláma šunková 70 g, Vajce 1 ks (aler.3), Čaj dia 0.25 l	Jogurt biely	Brokolicová zeleninová polievka 0,33l (9), Kurací perkelt 300g/150g (1), Halušky - príloha 200g (1,3), Uhorka sterilizovaná 50g	Puding dia l ks 0.25 l/7	Brokolica zapekaná 150g (1,3,7), Zemiaky varené 200g	Ovocna vyziva dia/12	
	E: 4 201 kJ, E: 913 kcal, Bielk.: 39,9 g, Tuky: 32,9 g, Sach.: 128,8 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 0,95 g, Ca: 500 mg, A: 1 ug, B1: 0,569 mg, B2: 412,827 mg, C: 72,8 mg, Fe: 5,05 mg, Vl.: 14,0 g						
Ne 16.6.	RAC	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
	Bábovka 100g (1,3,7), Maslo 20g (7), Džem 20g (12), Kakao 0,25 l	Ovocie jablka l ks	Hydinový vývar s mäsom a rezancami 0,33l (1,9), Zemiaky varené 200g, Uhorkovo rajčiakový šalát 120g, Kurací rezeň prírodný 236g/136g (1,3,7,9)	Žemľa 55g (1), Maslo 20g (7), Syr tavený 1ks 17,5g (7)	Chlieb 100g (1), Rybia konzerva 125g (aler.viď obal)		
	E: 9 694 kJ, E: 2 002 kcal, Bielk.: 100,7 g, Tuky: 95,6 g, Sach.: 253,1 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 6,12 g, Ca: 1 026 mg, A: 3 ug, B1: 1,283 mg, B2: 447,907 mg, C: 108,4 mg, Fe: 16,25 mg, Vl.: 30,7 g						
	DIA	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Džem dia 30g (12), Kakao 0,25 l dia	Ovocie jablka l ks	Hydinový vývar s mäsom a rezancami 0,33l (1,9), Uhorkovo rajčiakový šalát 120g, Kurací rezeň prírodný 236g/136g (1,3,7,9), Zemiaky varené 100 g	Žemľa 55g (1), Maslo 20g (7), Syr tavený 1ks 17,5g (7)	Chlieb 100g (1), Rybia konzerva 125g (aler.viď obal)	Ryža s ovocím (dia) 300g (7)
E: 8 765 kJ, E: 1 780 kcal, Bielk.: 104,5 g, Tuky: 91,6 g, Sach.: 204,3 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 5,16 g, Ca: 1 320 mg, A: 3 ug, B1: 1,317 mg, B2: 545,364 mg, C: 96,1 mg, Fe: 16,17 mg, Vl.: 32,1 g							
ŠET	Bábovka 100g (1,3,7), Maslo 20g (7), Džem 20g (12), Kakao 0,25 l	Ovocie jablka l ks	Hydinový vývar s mäsom a rezancami 0,33l (1,9), Zemiaky varené 200g, Uhorkovo rajčiakový šalát 120g, Kurací rezeň prírodný 236g/136g (1,3,7,9)	Žemľa 55g (1), Maslo 20g (7), Syr tavený 1ks 17,5g (7)	Chlieb 100g (1), Saláma jemná (sekaná) 100g, Zelenina rajčina 100g		
E: 9 730 kJ, E: 1 717 kcal, Bielk.: 67,8 g, Tuky: 77,3 g, Sach.: 257,3 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 5,76 g, Ca: 713 mg, A: 3 ug, B1: 1,259 mg, B2: 447,673 mg, C: 133,3 mg, Fe: 11,63 mg, Vl.: 32,3 g							
ŠPEC	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Džem dia 30g (12), Kakao 0,25 l dia	Ovocie jablka l ks	Hydinový vývar s mäsom a rezancami 0,33l (1,9), Uhorkovo rajčiakový šalát 120g, Kurací rezeň prírodný 236g/136g (1,3,7,9), Zemiaky varené 100 g	Žemľa 55g (1), Maslo 20g (7), Syr tavený 1ks 17,5g (7)	Chlieb 100g (1), Saláma jemná (sekaná) 100g, Zelenina rajčina 100g	Ryža s ovocím (dia) 300g (7)	
E: 8 801 kJ, E: 1 495 kcal, Bielk.: 71,6 g, Tuky: 73,3 g, Sach.: 208,5 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,80 g, Ca: 1 007 mg, A: 3 ug, B1: 1,293 mg, B2: 545,130 mg, C: 121,0 mg, Fe: 11,55 mg, Vl.: 33,7 g							

Zmena jedálneho lístka je vyhradená.

Schválil: Ing. Peter Mészáros:



VEK NÁDEJE
Zariadenie sociálnych služieb Nové Zámky

"VEK NÁDEJE", Zariadenie sociálnych služieb Nové Zámky

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

	
--	-------	--