



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

JEDÁLNY LÍSTOK NA OBDOBIE OD 17. 6. 2024 DO 23. 6. 2024

Po		Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
17.6.	RAC	Chlieb 50g (1), Nátierka z paštéty 50g (3,7,10), Čaj pravý 0,25 l, Žemľa 55g (1)	Ovocie hrusky I ks	Polievka zeleninová 0,33l (1,3,7,9), Hydinová roláda 105g (7,9), Zemiaková kaša 250g (7), Cvikla 120g	Rohlík sladký 60g, Maslo 20g (7), Džem 20g (12)	Kelový prívarok 260g (1), Chlieb 100g (1), Párky 864 DSN 100g	
		E: 7 827 kJ, E: 1 583 kcal, Bielk.: 53,7 g, Tuky: 59,7 g, Sach.: 262,5 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,13 g, Ca: 704 mg, A: 2 ug, B1: 1,369 mg, B2: 693,579 mg, C: 260,4 mg, Fe: 16,19 mg, Vl.: 49,2 g					
	DIA	Chlieb 50g (1), Paštéta 50g (aler.viď obal), Čaj dia 0.25 l	Ovocie hrusky I ks	Polievka zeleninová 0,33l (1,3,7,9), Hydinová roláda 105g (7,9), Zemiaková kaša 250g (7), Cvikla 120g	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Džem dia 30g (12)	Kelový prívarok 260g (1), Chlieb 100g (1), Párky 864 DSN 100g	Pagáč zemiakový 40g (1,3,7)
		E: 8 271 kJ, E: 1 781 kcal, Bielk.: 65,0 g, Tuky: 66,3 g, Sach.: 266,1 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,92 g, Ca: 833 mg, A: 2 ug, B1: 1,533 mg, B2: 597,682 mg, C: 259,7 mg, Fe: 18,12 mg, Vl.: 54,0 g					
ŠET	Chlieb 50g (1), Tvarohová nátierka 40g (7), Čaj pravý 0,25 l, Žemľa 55g (1)	Ovocie jablka I ks	Polievka zeleninová 0,33l (1,3,7,9), Hydinová roláda 105g (7,9), Zemiaková kaša 250g (7), Cvikla 120g	Rohlík sladký 60g, Maslo 20g (7), Džem 20g (12)	Chlieb 100g (1), Zemiak.paprikáš 15505 345g/1		
	E: 7 706 kJ, E: 1 539 kcal, Bielk.: 50,9 g, Tuky: 60,6 g, Sach.: 292,9 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,27 g, Ca: 454 mg, A: 0 ug, B1: 1,808 mg, B2: 470,480 mg, C: 164,8 mg, Fe: 16,21 mg, Vl.: 46,7 g						
ŠPEC	Chlieb 50g (1), Čaj dia 0.25 l, Šunka hydinová 100g (aler.viď obal)	Ovocie hrusky I ks	Polievka zeleninová 0,33l (1,3,7,9), Hydinová roláda 105g (7,9), Zemiaková kaša 250g (7), Cvikla 120g	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Džem dia 30g (12)	Chlieb 100g (1), Zemiak.paprikáš 15505 345g/1	Pagáč zemiakový 40g (1,3,7)	
	E: 7 962 kJ, E: 1 571 kcal, Bielk.: 72,7 g, Tuky: 54,4 g, Sach.: 297,2 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 5,67 g, Ca: 491 mg, A: 0 ug, B1: 2,053 mg, B2: 304,340 mg, C: 152,9 mg, Fe: 18,57 mg, Vl.: 51,9 g						
Ut	RAC	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), moravský koláč 80g, Mlieko 2,5 dl (7)	Opekaný chlieb vo vajci 140g (1,3)	Polievka fazuľová kyslá 0,33l (1,7,9), Lángoše, Syr na sypanie 0.02kg,7, Kečup -šetr.20g, Chlieb 100g (1)	Ovocná výživa/12	Tvar.rez.so slan.smot.400g/1,7	
		E: 9 857 kJ, E: 1 479 kcal, Bielk.: 91,2 g, Tuky: 70,0 g, Sach.: 346,1 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,98 g, Ca: 765 mg, A: 0 ug, B1: 1,466 mg, B2: 619,863 mg, C: 17,0 mg, Fe: 11,86 mg, Vl.: 33,3 g					
DIA	DIA	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Džem dia 30g (12), Čaj dia 0.25 l	Opekaný chlieb vo vajci 140g (1,3)	Polievka fazuľová kyslá 0,33l (1,7,9), Lángoše, Syr na sypanie 0.02kg,7, Kečup -šetr.20g, Chlieb 100g (1)	Ovoc.výživa DIA I ks	Tvaroh.rez.so slan.200 dia/1,7	Ovoc.výživa DIA I ks
		E: 6 489 kJ, E: 1 182 kcal, Bielk.: 60,9 g, Tuky: 55,0 g, Sach.: 211,3 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,97 g, Ca: 442 mg, A: 0 ug, B1: 1,244 mg, B2: 429,220 mg, C: 2,3 mg, Fe: 11,48 mg, Vl.: 29,7 g					

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

ŠET	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), moravský koláč 80g, Čaj pravý 0,25 l	Obložený chlieb 2 ks 160g (1,3,7)	Kurací rezeň prírodný 236g/136g (1,3,7,9), Ryža dusená 150g, Polievka krúpková 0,33l (1,9)	Ovocná výživa/12	Tvar.rez.so slan.smot.400g/1,7		
	E: 8 467 kJ, E: 1 282 kcal, Bielk.: 53,2 g, Tuky: 54,1 g, Sach.: 283,2 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,21 g, Ca: 174 mg, A: 0 ug, B1: 0,808 mg, B2: 472,584 mg, C: 20,5 mg, Fe: 6,65 mg, Vl.: 19,6 g						
ŠPEC	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Džem dia 30g (12), Čaj dia 0.25 l	Jogurt biely	Polievka fazuľová kyslá 0,33l (1,7,9), Langoše, Syr na sypanie 0.02kg,7, Kečup -šetr.20g, Chlieb 100g (1)	Ovoc.výživa DIA l ks	Tvar.rez.so slan.smot.400g/1,7	Ovoc.výživa DIA l ks	
	E: 7 813 kJ, E: 994 kcal, Bielk.: 67,3 g, Tuky: 58,2 g, Sach.: 268,2 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,84 g, Ca: 408 mg, A: 0 ug, B1: 1,085 mg, B2: 345,256 mg, C: 2,5 mg, Fe: 9,06 mg, Vl.: 25,1 g						
St 19.6.	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera	
	RAC	Dvojplôšnik so sémom 110g, Šunková pena 50g (7), Obloha zeleninová 100g, Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Obložený chlieb 2 ks 160g (1,3,7)	Polievka rascová s vajcom 0,33l (1,3,9), Kurací paprikáš 210g/90g (1,7), Cestoviny/príloha 200g (1,3,7), Uhorka sterilizovaná 50g	Rohlík sladký 60g, Maslo 20g (7)	Bravčové mäso dusené v kalerábe 214g/64g (1,7), Zemiaky varené 200g	
	E: 5 932 kJ, E: 870 kcal, Bielk.: 32,5 g, Tuky: 36,3 g, Sach.: 215,6 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 1,56 g, Ca: 321 mg, A: 0 ug, B1: 0,806 mg, B2: 386,512 mg, C: 239,7 mg, Fe: 10,20 mg, Vl.: 27,5 g						
	DIA	Chlieb 50g (1), Šunková pena (šetr) 70g (1,7), Obloha zeleninová 100g, Čaj dia 0.25 l	Obložený chlieb 2 ks 160g (1,3,7)	Polievka rascová s vajcom 0,33l (1,3,9), Kurací paprikáš 210g/90g (1,7), Uhorka sterilizovaná 50g, Cestoviny/príloha 120g (1,3,7)	Hrozno 100 gr.	Bravčové mäso dusené v kalerábe 214g/64g (1,7), Zemiaky varené 200g	Jogurt ovocný dia /7,12
	E: 7 372 kJ, E: 1 379 kcal, Bielk.: 72,7 g, Tuky: 40,8 g, Sach.: 271,2 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,55 g, Ca: 1 561 mg, A: 0 ug, B1: 1,385 mg, B2: 260,240 mg, C: 290,8 mg, Fe: 13,33 mg, Vl.: 37,0 g						
ŠET	Chlieb 100g (1), Šunková pena (šetr) 70g (1,7), Obloha zeleninová 100g, Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Obložený chlieb 2 ks 160g (1,3,7)	Polievka rascová s vajcom 0,33l (1,3,9), Kurací paprikáš 210g/90g (1,7), Cestoviny/príloha 200g (1,3,7)	Rohlík sladký 60g, Maslo 20g (7)	Bravčové mäso dusené v kalerábe 214g/64g (1,7), Zemiaky varené 200g		
E: 6 813 kJ, E: 1 070 kcal, Bielk.: 43,8 g, Tuky: 29,7 g, Sach.: 271,0 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,65 g, Ca: 427 mg, A: 0 ug, B1: 1,151 mg, B2: 332,874 mg, C: 240,3 mg, Fe: 13,55 mg, Vl.: 37,3 g							
ŠPEC	Chlieb 50g (1), Šunková pena (šetr) 70g (1,7), Obloha zeleninová 100g, Čaj dia 0.25 l	Obložený chlieb 2 ks 160g (1,3,7)	Polievka rascová s vajcom 0,33l (1,3,9), Kurací paprikáš 210g/90g (1,7), Cestoviny/príloha 120g (1,3,7)	Hrozno 100 gr., ovocné pyré	Bravčové mäso dusené v kalerábe 214g/64g (1,7), Zemiaky varené 200g	Jogurt ovocný dia /7,12	
E: 7 444 kJ, E: 1 406 kcal, Bielk.: 72,6 g, Tuky: 40,8 g, Sach.: 278,6 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,64 g, Ca: 1 579 mg, A: 0 ug, B1: 1,427 mg, B2: 275,452 mg, C: 306,5 mg, Fe: 13,74 mg, Vl.: 39,1 g							



"VEK NÁDEJE", Zariadenie sociálnych služieb Nové Zámky

Šoltésovej 5302/2

940 02 Nové Zámky

Tel.: 035/6414068

		Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
Št 20.6.	RAC	Chlieb 100g (1), Masť - mastenie 30g, Zelenina rajčina 100g, Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Puding 0.25 l/7	Polievka gazdovská kuracia, Bravčové pečené po sedliacky 146g/96g (1), Žemľové knedle 160g (1,3,7), Kapusta hlávková biela (červená) dusená 150g (1)	Pagáč zemiakový 2x40g (1,3,7), Jogurt ovocný l ks/7,12	Maslo 20g (7), Vajce 1 ks (aler.3), Zelenina paprika 50g, Sendvič 100g (1)	
		E: 8 853 kJ, E: 1 163 kcal, Bielk.: 97,1 g, Tuky: 57,0 g, Sach.: 301,3 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 6,92 g, Ca: 2 178 mg, A: 0 ug, B1: 2,357 mg, B2: 453,991 mg, C: 238,5 mg, Fe: 15,82 mg, Vl.: 27,9 g					
	DIA	Chlieb 50g (1), Zelenina rajčina 100g, Čaj dia 0.25 l, Šunka hydínová 100g (aler.viď obal)	Ovocna vyziva dia/12	Polievka gazdovská kuracia, Bravčové pečené po sedliacky 146g/96g (1), Kapusta hlávková biela (červená) dusená 150g (1), Zemiaky varené 150g	Acid.mlieko 250g	Maslo 20g (7), Vajce 1 ks (aler.3), Sendvič 100g (1)	Obložený chlieb 70g (1,7)
		E: 7 352 kJ, E: 1 104 kcal, Bielk.: 94,7 g, Tuky: 51,6 g, Sach.: 202,2 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 6,87 g, Ca: 301 mg, A: 0 ug, B1: 2,041 mg, B2: 290,670 mg, C: 196,8 mg, Fe: 16,81 mg, Vl.: 30,4 g					
ŠET	Chlieb 100g (1), Zelenina rajčina 100g, Čaj pravý so sirupom 0.2 l, Maslo 20 gr. 2 ks (7), Šunka hydínová 100g (aler.viď obal)	Puding 0.25 l/7	Polievka gazdovská kuracia, Zemiaky varené 150g, Filé z morčacích prs na šampiňónoch 180g/150g	Pagáč zemiakový 2x40g (1,3,7)	Chlieb 100g (1), Šunka 100 g, Maslo 20g (7), Zelenina rajčina 100g		
	E: 8 455 kJ, E: 1 534 kcal, Bielk.: 121,1 g, Tuky: 39,9 g, Sach.: 239,6 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 5,17 g, Ca: 645 mg, A: 0 ug, B1: 1,592 mg, B2: 476,456 mg, C: 119,1 mg, Fe: 16,16 mg, Vl.: 33,6 g						
ŠPEC	Chlieb 50g (1), Zelenina rajčina 100g, Čaj dia 0.25 l, Maslo 20 gr. 2 ks (7), Šunka hydínová 100g (aler.viď obal)	Ovocna vyziva dia/12	Polievka gazdovská kuracia, Zemiaky varené 150g, Filé z morčacích prs na šampiňónoch 180g/150g	Pagáč zemiakový 2x40g (1,3,7)	Chlieb 100g (1), Šunka 100 g, Maslo 20g (7), Zelenina rajčina 100g	Obložený chlieb 70g (1,7)	
	E: 7 675 kJ, E: 1 474 kcal, Bielk.: 112,2 g, Tuky: 36,0 g, Sach.: 183,1 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,86 g, Ca: 340 mg, A: 0 ug, B1: 1,460 mg, B2: 438,246 mg, C: 114,6 mg, Fe: 15,88 mg, Vl.: 32,8 g						
Pi 21.6.	RAC	Uzol sladký 2 ks/1,3,7, Maslo 20g (7), Med (ks) 1 ks, Mlieko 2,5 dl (7)	Ovocie hrusky l ks	Polievka minestrone, Kysnuté knedle s lekvárom a škoricou 375g (1,3,7)	Kurací cestovinový šalát 54g/340g	Bravčový vrabec, Zemiaky varené 200g	
		E: 7 385 kJ, E: 1 105 kcal, Bielk.: 37,4 g, Tuky: 22,4 g, Sach.: 255,0 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 1,75 g, Ca: 552 mg, A: 0 ug, B1: 0,734 mg, B2: 754,207 mg, C: 97,5 mg, Fe: 6,87 mg, Vl.: 23,7 g					

DIA	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Džem dia 30g (12), Čaj dia 0.25 l	Ovocie hrusky I ks	Kuracie mäso pečené na masle 170g/120g (7), marhuľový kompot, Hovädzia polievka so zeleninovými hal. (šetr) 0,33l (1,3,9), Zemiaky varené 100 g	Kurací cestovinový šalát 54g/340g	Bravčový vrabec, Zemiaky varené 100 g	Rožok soj.DSN 1033 dia/1, Maslo 20g (7)	
	E: 19 572 kJ, E: 3 721 kcal, Bielk.: 107,1 g, Tuky: 63,7 g, Sach.: 685,7 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 16,45 g, Ca: 718 mg, A: 0 ug, B1: 4,105 mg, B2: 738,617 mg, C: 91,7 mg, Fe: 42,50 mg, Vl.: 122,6 g						
ŠET	Uzol sladký 2 ks/1,3,7, Maslo 20g (7), Med (ks) 1 ks, Čaj pravý 0,25 l	Ovocie jablka I ks	Kuracie mäso pečené na masle 170g/120g (7), Zemiaková kaša 250g (7), marhuľový kompot, Hovädzia polievka so zeleninovými hal. (šetr) 0,33l (1,3,9)	Kurací cestovinový šalát 54g/340g	Bravčový vrabec, Zemiaky varené 200g		
	E: 9 804 kJ, E: 1 269 kcal, Bielk.: 18,5 g, Tuky: 30,7 g, Sach.: 193,7 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 8,75 g, Ca: 248 mg, A: 0 ug, B1: 1,268 mg, B2: 751,217 mg, C: 157,8 mg, Fe: 9,00 mg, Vl.: 29,3 g						
ŠPEC	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Džem dia 30g (12), Čaj dia 0.25 l	Ovocie hrusky I ks	Kuracie mäso pečené na masle 170g/120g (7), marhuľový kompot, Hovädzia polievka so zeleninovými hal. (šetr) 0,33l (1,3,9), Zemiaky varené 100 g	Kurací cestovinový šalát 54g/340g	Bravčový vrabec, Zemiaky varené 100 g	Rožok soj.DSN 1033 dia/1, Maslo 20g (7)	
	E: 19 572 kJ, E: 3 721 kcal, Bielk.: 107,1 g, Tuky: 63,7 g, Sach.: 685,7 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 16,45 g, Ca: 718 mg, A: 0 ug, B1: 4,105 mg, B2: 738,617 mg, C: 91,7 mg, Fe: 42,50 mg, Vl.: 122,6 g						
So 22.6.	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera	
	RAC	Chlieb 100g (1), Salámová nátierka 60g (7,10), Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Žemľa 55g (1), Paštéta 50g (aler.viď obal)	Polievka zemiaková s paprikou 0,33l (1,9), Mletý rez.so syr.Šk.04330 150g, Zemiaková kaša 250g (7), Rajčiakový šalát 120g (-)	Buchta lekvarova 80 g	Krupicove rezan.VR31b 400g/1, Broskyne I ks	
	E: 10 600 kJ, E: 1 675 kcal, Bielk.: 67,8 g, Tuky: 86,1 g, Sach.: 367,2 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,33 g, Ca: 548 mg, A: 0 ug, B1: 1,123 mg, B2: 651,374 mg, C: 136,6 mg, Fe: 14,44 mg, Vl.: 35,6 g						
DIA	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Saláma hydín.DSN 926 50 g, Zelenina paprika 25g, Čaj dia 0.25 l	Žemľa 55g (1), Paštéta 50g (aler.viď obal)	Polievka zemiaková s paprikou 0,33l (1,9), Mletý rez.so syr.Šk.04330 150g, Rajčiakový šalát dia 120g (-), Zemiaková kaša 150g (7)	Ovocie grep I ks	Krupicove rezan.VR31b 400g/1, Broskyne I ks	ovocné pyré	
E: 10 371 kJ, E: 1 658 kcal, Bielk.: 66,4 g, Tuky: 97,1 g, Sach.: 314,2 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,21 g, Ca: 505 mg, A: 0 ug, B1: 0,924 mg, B2: 796,294 mg, C: 220,1 mg, Fe: 12,03 mg, Vl.: 31,1 g							

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

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

ŠET	Chlieb 100g (1), Salámová nátierka 60g (7,10), Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Žemľa 55g (1), Paštéta 50g (aler.viď obal)	Polievka zemiaková s paprikou 0,33l (1,9), Zemiaková kaša 250g (7), Rajčiakový šalát šetr. 120g (-), Sekaný rezeň prírodný 200g/150g (1,3,7)	Buchta lekvarova 80 g	Krupicove rezan.VR31b 400g/1, Broskyne I ks	
	E: 9 643 kJ, E: 1 512 kcal, Bielk.: 59,8 g, Tuky: 59,1 g, Sach.: 360,7 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,20 g, Ca: 417 mg, A: 0 ug, B1: 1,078 mg, B2: 462,174 mg, C: 146,6 mg, Fe: 14,13 mg, Vl.: 36,1 g					
ŠPEC	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Saláma hydín.DSN 926 50 g, Čaj dia 0.25 l	Žemľa 55g (1), Paštéta 50g (aler.viď obal)	Polievka zemiaková s paprikou 0,33l (1,9), Zemiaková kaša 250g (7), Rajčiakový šalát šetr. 120g (-), Sekaný rezeň prírodný 200g/150g (1,3,7)	Ovocie grep I ks	Krupicove rezan.VR31b 400g/1, Broskyne I ks	ovocné pyrė
	E: 10 598 kJ, E: 1 745 kcal, Bielk.: 68,0 g, Tuky: 72,1 g, Sach.: 369,7 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,85 g, Ca: 480 mg, A: 0 ug, B1: 1,263 mg, B2: 618,089 mg, C: 247,1 mg, Fe: 15,59 mg, Vl.: 42,0 g					
Ne 23.6.	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
	Vianočka 100g (1,3,7), Maslo 20 gr. 2 ks (7), Kakao 0,25 l	Ovocie ks	Polievka hydínové ragú, Morčacie prsia vyprážené v cestíčku 140g (1,3,7), Ryža zeleninová 190g, slivkový kompot	Obložený chlieb 2 ks 160g (1,3,7)	Chlieb 50g (1), Žemľa 55g (1), Maslo 20g (7), Šunka 100 g, Zelenina rajčina 100g	
	E: 9 645 kJ, E: 2 029 kcal, Bielk.: 88,5 g, Tuky: 64,7 g, Sach.: 259,0 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,25 g, Ca: 676 mg, A: 0 ug, B1: 1,199 mg, B2: 817,557 mg, C: 79,6 mg, Fe: 11,37 mg, Vl.: 22,9 g					
	Chlieb 50g (1), Maslo 20 gr. 2 ks (7), Kakao 0,25 l dia	Ovocie ks	Polievka hydínové ragú, Morčacie prsia vyprážené v cestíčku 140g (1,3,7), Ryža zeleninová 190g, slivkový kompot	Ryžová kaša 220g (7)	Chlieb 50g (1), Žemľa 55g (1), Maslo 20g (7), Šunka 100 g, Zelenina rajčina 100g	Jogurt biely
	E: 7 535 kJ, E: 1 583 kcal, Bielk.: 80,8 g, Tuky: 58,1 g, Sach.: 184,7 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,05 g, Ca: 883 mg, A: 0 ug, B1: 1,030 mg, B2: 816,877 mg, C: 83,6 mg, Fe: 9,02 mg, Vl.: 17,3 g					
ŠET	Vianočka 100g (1,3,7), Maslo 20 gr. 2 ks (7), Čaj pravý 0,25 l	Ovocie grep I ks	Polievka hydínové ragú, Ryža zeleninová 190g, Kurací rezeň prírodný 236g/156g (1,3,7,9), Kompót jablkový 150g	Obložený chlieb 2 ks 160g (1,3,7)	Chlieb 50g (1), Žemľa 55g (1), Maslo 20g (7), Šunka 100 g, Zelenina rajčina 100g	
E: 8 631 kJ, E: 1 724 kcal, Bielk.: 47,0 g, Tuky: 48,0 g, Sach.: 273,5 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,53 g, Ca: 350 mg, A: 0 ug, B1: 1,057 mg, B2: 608,342 mg, C: 160,5 mg, Fe: 10,07 mg, Vl.: 26,7 g						
ŠPEC	Chlieb 50g (1), Maslo 20 gr. 2 ks (7), Kakao 0,25 l dia	Ovocie ks	Polievka hydínové ragú, Ryža zeleninová 190g, Kurací rezeň prírodný 236g/156g (1,3,7,9), Kompót jablkový 150g	Obložený chlieb 2 ks 160g (1,3,7)	Chlieb 50g (1), Žemľa 55g (1), Maslo 20g (7), Šunka 100 g, Zelenina rajčina 100g	Jogurt biely
E: 7 454 kJ, E: 1 534 kcal, Bielk.: 50,2 g, Tuky: 45,4 g, Sach.: 203,7 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,19 g, Ca: 610 mg, A: 0 ug, B1: 1,081 mg, B2: 720,709 mg, C: 79,4 mg, Fe: 9,92 mg, Vl.: 25,3 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:	
	