



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

## JEDÁLNY LÍSTOK NA OBDOBIE OD 30.09.2024 DO 06.10.2024

Po		Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
30.9.	RAC	Sendvič 100g (1), Maslo 20g (7), Saláma šunková 50 g, Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Šatôčka s pudingovou náplňou 70g, Džús rac ks/12	Zelerová polievka 0,33l (1,7,9), Hrachová kaša 300g (1,9), Udená krk.vare. 13401b 60gmäso	Žemľa 55g (1), Maslo 20g (7), Saláma 2 pl.	Ryža s ovocím 300g (7), Ovocie ks	
		E: 8 083 kJ, E: 1 353 kcal, Bielk.: 51,0 g, Tuky: 51,3 g, Sach.: 285,0 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 1,56 g, Ca: 511 mg, A: 0 ug, B1: 1,190 mg, B2: 1 009,170 mg, C: 26,7 mg, Fe: 8,84 mg, Vl.: 24,0 g					
	DIA	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Saláma šunková 50 g, Čaj dia 0.25 l	Ovocie banán 1 ks	Zelerová polievka 0,33l (1,7,9), Hrachová kaša 300g (1,9), Udená krk.vare. 13401b 60gmäso	Jogurt biely	Ryža s ovocím 300g (7), Ovocie ks	Ovocie banán 1 ks
		E: 6 151 kJ, E: 677 kcal, Bielk.: 47,3 g, Tuky: 47,7 g, Sach.: 212,3 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 1,73 g, Ca: 568 mg, A: 0 ug, B1: 1,377 mg, B2: 485,086 mg, C: 70,7 mg, Fe: 13,74 mg, Vl.: 34,4 g					
ŠET	Sendvič 100g (1), Maslo 20g (7), Saláma šunková 50 g, Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Ovocie banán 1 ks	Zelerová polievka 0,33l (1,7,9), Tekvicový prívarok 200g (1,7), Párok 1 ks	Žemľa 55g (1), Maslo 20g (7), Saláma 2 pl.	Ryža s ovocím 300g (7), Ovocie ks		
	E: 6 568 kJ, E: 1 056 kcal, Bielk.: 38,2 g, Tuky: 45,7 g, Sach.: 174,5 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 1,26 g, Ca: 514 mg, A: 0 ug, B1: 0,464 mg, B2: 721,237 mg, C: 44,2 mg, Fe: 4,99 mg, Vl.: 12,6 g						
ŠPEC	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Saláma šunková 50 g, Čaj dia 0.25 l	Ovocie banán 1 ks	Zelerová polievka 0,33l (1,7,9), Tekvicový prívarok 200g (1,7), Párok 1 ks	Jogurt biely	Ryža s ovocím 300g (7), Ovocie ks	Ovocie banán 1 ks	
	E: 5 856 kJ, E: 830 kcal, Bielk.: 37,1 g, Tuky: 42,7 g, Sach.: 164,8 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 1,37 g, Ca: 551 mg, A: 0 ug, B1: 0,575 mg, B2: 647,053 mg, C: 66,2 mg, Fe: 7,69 mg, Vl.: 19,0 g						
Ut	RAC	Chlieb 100g (1), Hydinová tlačienka 100g, Cibuľa krájaná 0,03 kg, Čaj pravý 0,25 l	Buchta lekvárová 80g (1,3)	Polievka pórová s opekaným chlebom, Bravčové mäso na rasci 250g/100g (1), Cestovinová ryža 190g (1), Kapustový šalát 120g, Ovocie jablka 1 ks	Ovocie mandarinka 1 ks	Kaša z ovsených vločiek (šetr) 350g (1,7)	
		E: 7 735 kJ, E: 1 200 kcal, Bielk.: 63,8 g, Tuky: 43,7 g, Sach.: 322,4 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 6,19 g, Ca: 756 mg, A: 0 ug, B1: 1,503 mg, B2: 643,846 mg, C: 155,2 mg, Fe: 14,66 mg, Vl.: 34,8 g					
	DIA	Chlieb 50g (1), Hydinová tlačienka 100g, Cibuľa krájaná 0,03 kg, Čaj dia 0.25 l	Puding dia l ks 0.25 l/7	Polievka pórová s opekaným chlebom, Bravčové mäso na rasci 250g/100g (1), Cestovinová ryža 95g (1), Kapustový šalát 120g, Ovocie jablka 1 ks	Ovocie mandarinka 1 ks	Kaša z ovsených vločiek (šetr) 350g (1,7)	Obložený chlieb 70g (1,7)
		E: 7 384 kJ, E: 1 338 kcal, Bielk.: 66,2 g, Tuky: 43,3 g, Sach.: 272,7 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 6,05 g, Ca: 1 042 mg, A: 0 ug, B1: 1,540 mg, B2: 802,420 mg, C: 159,7 mg, Fe: 13,87 mg, Vl.: 32,8 g					

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

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

<b>ŠET</b>	Chlieb 50g (1), Čaj pravý 0,25 l, moravský koláč 80g, Maslo 20g (7)	Buchta lekvárová 80g (1,3)	Polievka pórová s opekaným chlebom, Bravčové mäso na rasci 250g/100g (1), Cestovinová ryža 190g (1), Karotkový šalát 120g, Ovocie jablka 1 ks	Ovocie mandarinka 1 ks	Kaša z ovsených vločiek (šetr) 350g (1,7)		
	E: 6 797 kJ, E: 946 kcal, Bielk.: 39,2 g, Tuky: 32,3 g, Sach.: 295,2 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,55 g, Ca: 687 mg, A: 3 ug, B1: 1,279 mg, B2: 701,382 mg, C: 111,8 mg, Fe: 13,53 mg, Vl.: 30,9 g						
<b>ŠPEC</b>			Polievka pórová s opekaným chlebom, Bravčové mäso na rasci 250g/100g (1), Cestovinová ryža 190g (1), Karotkový šalát 120g, Ovocie jablka 1 ks				
	E: 2 246 kJ, E: 208 kcal, Bielk.: 12,7 g, Tuky: 12,3 g, Sach.: 110,0 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 1,17 g, Ca: 156 mg, A: 3 ug, B1: 0,328 mg, B2: 157,948 mg, C: 43,4 mg, Fe: 6,75 mg, Vl.: 15,4 g						
<b>St 2.10.</b>	<b>Raňajky</b>	<b>Desiata</b>	<b>Obed</b>	<b>Olovrant</b>	<b>Večera</b>	<b>Druhá večera</b>	
	<b>RAC</b>	Bageta 110 g, Nátierka z paštéty 50g (3,7,10), Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Croissant nugát. 60g	Polievka rajčiaková so syrom 0,33l (1,7,9), Rizoto z hydínového mäsa so zeleninou 330g (7,9), Uhorka sterilizovaná 50g	Ovocie pomaranc 1 ks	Bravčové mäso dusené v karotke 214g/64g (1,7), Zemiaky varené 200g, Cvikla 120g	
	E: 5 490 kJ, E: 748 kcal, Bielk.: 29,3 g, Tuky: 44,5 g, Sach.: 231,0 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 1,43 g, Ca: 403 mg, A: 4 ug, B1: 0,921 mg, B2: 350,520 mg, C: 190,5 mg, Fe: 12,05 mg, Vl.: 30,6 g						
	<b>DIA</b>	Chlieb 100g (1), Paštéta 50g (aler.viď obal), Čaj dia 0.25 l	Jogurt ovocný dia /7,12	Polievka rajčiaková so syrom 0,33l (1,7,9), Rizoto z hydínového mäsa so zeleninou 330g (7,9), Uhorka sterilizovaná 50g	Ovocie pomaranc 1 ks	Bravčové mäso dusené v karotke 214g/64g (1,7), Zemiaky varené 200g, Cvikla 120g	Cestoviny/príloha 120g (1,3,7), Syr na sypanie 0.02kg,7
E: 6 358 kJ, E: 1 250 kcal, Bielk.: 48,3 g, Tuky: 60,3 g, Sach.: 234,6 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,06 g, Ca: 843 mg, A: 4 ug, B1: 1,037 mg, B2: 296,351 mg, C: 192,2 mg, Fe: 14,40 mg, Vl.: 38,4 g							
<b>ŠET</b>	Chlieb 100g (1), Čaj pravý so sirupom 0.2 l, Salámová nátierka 60g (7,10)	Croissant nugát. 60g	Polievka rajčiaková so syrom 0,33l (1,7,9), Rizoto z hydínového mäsa so zeleninou 330g (7,9), Uhorka sterilizovaná 50g	Ovocie pomaranc 1 ks	Bravčové mäso dusené v karotke 214g/64g (1,7), Zemiaky varené 200g, Cvikla 120g		
E: 4 641 kJ, E: 943 kcal, Bielk.: 27,1 g, Tuky: 36,3 g, Sach.: 208,1 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 1,77 g, Ca: 447 mg, A: 4 ug, B1: 0,977 mg, B2: 290,224 mg, C: 190,6 mg, Fe: 13,69 mg, Vl.: 37,2 g							

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

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

	<b>ŠPEC</b>	Chlieb 100g (1), Paštéta 50g (aler.viď obal), Čaj dia 0.25 l	Jogurt ovocný dia /7,12	Polievka rajčiaková so syrom 0,33l (1,7,9), Rizoto z hydínového mäsa so zeleninou 330g (7,9), Uhorka sterilizovaná 50g	Ovocie pomaranc 1 ks	Bravčové mäso dusené v karotke 214g/64g (1,7), Zemiaky varené 200g, Cvikla 120g	Cestoviny/príloha 120g (1,3,7), Syr na sypanie 0.02kg,7
		E: 6 358 kJ, E: 1 250 kcal, Bielk.: 48,3 g, Tuky: 60,3 g, Sach.: 234,6 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,06 g, Ca: 843 mg, A: 4 ug, B1: 1,037 mg, B2: 296,351 mg, C: 192,2 mg, Fe: 14,40 mg, Vl.: 38,4 g					
<b>Št</b> <b>3.10.</b>		<b>Raňajky</b>	<b>Desiata</b>	<b>Obed</b>	<b>Olovrant</b>	<b>Večera</b>	<b>Druhá večera</b>
	<b>RAC</b>	Sendvič 100g (1), Oškar.nátierka VR27 50g/3,10, Čaj pravý 0,25 l	Krupicová kaša (dia) 190g (1,7)	Polievka hovädzia s mäsom, Rezne vo vajíčku, Zemiaky varené 200g, Šalát zeleninový/9	Miesane vaj.na cib.19216 90g, Chlieb 50g (1)	Dvojplošník so sezamom 110g, Maslo nátierkové, Zelenina paprika 50g	
		E: 9 347 kJ, E: 1 887 kcal, Bielk.: 94,6 g, Tuky: 95,5 g, Sach.: 239,1 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,60 g, Ca: 416 mg, A: 1 ug, B1: 1,429 mg, B2: 865,626 mg, C: 168,8 mg, Fe: 12,50 mg, Vl.: 26,3 g					
	<b>DIA</b>	Oškar.nátierka VR27 50g/3,10, Čaj dia 0.25 l, Chlieb 50g (1)	Ovocie grep l ks	Polievka hovädzia s mäsom, Rezne vo vajíčku, Zemiaky varené 100 g, Šalát zeleninový/9	Miesane vaj.na cib.19216 90g, Chlieb 50g (1)	Chlieb 100g (1), Maslo nátierkové, Zelenina paprika 50g	Šalát zeleninový/9
		E: 8 524 kJ, E: 1 805 kcal, Bielk.: 95,0 g, Tuky: 90,2 g, Sach.: 236,0 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,72 g, Ca: 384 mg, A: 2 ug, B1: 1,748 mg, B2: 705,444 mg, C: 234,6 mg, Fe: 16,83 mg, Vl.: 42,3 g					
	<b>ŠET</b>	Maslo 20g (7), Čaj pravý 0,25 l, Vianočka 100g (1,3,7)	Krupicová kaša (dia) 190g (1,7)	Polievka hovädzia s mäsom, Rezne vo vajíčku, Zemiaky varené 200g, Šalát zeleninový/9	Ovocie banán 1 ks	Chlieb 100g (1), Maslo nátierkové, Zelenina paprika 50g	
		E: 8 973 kJ, E: 1 692 kcal, Bielk.: 65,2 g, Tuky: 62,1 g, Sach.: 312,3 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,71 g, Ca: 476 mg, A: 1 ug, B1: 1,679 mg, B2: 457,358 mg, C: 186,8 mg, Fe: 16,26 mg, Vl.: 34,2 g					
	<b>ŠPEC</b>	Maslo 20g (7), Čaj pravý 0,25 l, Vianočka 100g (1,3,7)	Ovocie grep l ks	Polievka hovädzia s mäsom, Rezne vo vajíčku, Zemiaky varené 200g, Šalát zeleninový/9	Miesane vaj.na cib.19216 90g, Chlieb 50g (1)	Chlieb 100g (1), Maslo nátierkové, Zelenina paprika 50g	Šalát zeleninový/9
		E: 9 909 kJ, E: 2 092 kcal, Bielk.: 85,3 g, Tuky: 84,5 g, Sach.: 325,2 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 5,34 g, Ca: 405 mg, A: 2 ug, B1: 1,877 mg, B2: 650,339 mg, C: 260,2 mg, Fe: 17,83 mg, Vl.: 43,9 g					
<b>Pi</b> <b>4.10.</b>		<b>Raňajky</b>	<b>Desiata</b>	<b>Obed</b>	<b>Olovrant</b>	<b>Večera</b>	<b>Druhá večera</b>
	<b>RAC</b>	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Syr plátkový 2ks 40g (7), Vajce 1 ks (aler.3), Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Puding 0.25 l/7	Polievka frankfurtská s párkom a zemiakmi (šetr) 0,33l (1,9), Dukátové buchtičky s vanil.krémom 220g/180g (1,3,7), Chlieb 100g (1)	Žemľa 55g (1), Maslo 20g (7), Saláma 2 pl.	Hydínový špíz na pek., Zemiaky varené 200g	
		E: 8 352 kJ, E: 1 671 kcal, Bielk.: 63,9 g, Tuky: 61,4 g, Sach.: 291,1 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,82 g, Ca: 1 020 mg, A: 0 ug, B1: 1,388 mg, B2: 686,362 mg, C: 119,7 mg, Fe: 11,71 mg, Vl.: 33,6 g					

<b>DIA</b>	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Syr plátkový 2ks 40g (7), Vajce 1 ks (aler.3), Čaj dia 0.25 l	Ovocie pomaranc 1 ks	Polievka frankfurtská s párkom a zemiakmi (šetr) 0,33l (1,9), Kuracie mäso so šunkou 245g/120g (1,7,9), Ryža zeleninová 150g, Chlieb 100g (1)	Žemľa 55g (1), Maslo 20g (7), Saláma 2 pl.	Hydinový špíz na pek., Zemiaky varené 200g	Ovocna vyziva dia/12	
	E: 7 843 kJ, E: 1 669 kcal, Bielk.: 50,7 g, Tuky: 56,4 g, Sach.: 250,8 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,14 g, Ca: 548 mg, A: 0 ug, B1: 1,307 mg, B2: 494,958 mg, C: 219,5 mg, Fe: 13,35 mg, Vl.: 37,7 g						
<b>ŠET</b>	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Syr plátkový 2ks 40g (7), Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Puding 0.25 l/7	Polievka frankfurtská s párkom a zemiakmi (šetr) 0,33l (1,9), Kuracie mäso so šunkou 245g/120g (1,7,9), Ryža zeleninová 150g, Chlieb 100g (1)	Žemľa 55g (1), Maslo 20g (7), Saláma 2 pl.	Hydinový špíz na pek., Zemiaky varené 200g		
	E: 8 848 kJ, E: 1 757 kcal, Bielk.: 55,3 g, Tuky: 55,0 g, Sach.: 308,8 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,81 g, Ca: 794 mg, A: 0 ug, B1: 1,427 mg, B2: 523,436 mg, C: 122,6 mg, Fe: 13,15 mg, Vl.: 36,4 g						
<b>ŠPEC</b>	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Syr plátkový 2ks 40g (7), Vajce 1 ks (aler.3), Čaj dia 0.25 l	Ovocie pomaranc 1 ks	Polievka frankfurtská s párkom a zemiakmi (šetr) 0,33l (1,9), Kuracie mäso so šunkou 245g/120g (1,7,9), Ryža zeleninová 150g, Chlieb 100g (1)	Žemľa 55g (1), Maslo 20g (7), Saláma 2 pl.	Hydinový špíz na pek., Zemiaky varené 200g	Ovocna vyziva dia/12	
	E: 7 843 kJ, E: 1 669 kcal, Bielk.: 50,7 g, Tuky: 56,4 g, Sach.: 250,8 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,14 g, Ca: 548 mg, A: 0 ug, B1: 1,307 mg, B2: 494,958 mg, C: 219,5 mg, Fe: 13,35 mg, Vl.: 37,7 g						
<b>So 5.10.</b>	<b>Raňajky</b>	<b>Desiata</b>	<b>Obed</b>	<b>Olovrant</b>	<b>Večera</b>	<b>Druhá večera</b>	
	<b>RAC</b>	Dvojplôšník so sémom 110g, Maslo 20g (7), Saláma trvanlivá 50g, Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Croissant nugát. 60g	Cesnaková polievka s opr.chlebom 0,33l (1,9), Bravčové stehno po záhradnícky 54g/115g (1,7,9), Cestoviny/príloha 200g (1,3,7)	Ryža s ovocím (dia) 300g (7)	Prívarok fazuľkový (škol.) 180g (1,7), Vajce 1 ks (aler.3), Chlieb 100g (1)	
	E: 6 395 kJ, E: 840 kcal, Bielk.: 65,4 g, Tuky: 58,2 g, Sach.: 198,3 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,04 g, Ca: 528 mg, A: 1 ug, B1: 1,390 mg, B2: 441,514 mg, C: 50,4 mg, Fe: 5,83 mg, Vl.: 18,9 g						
<b>DIA</b>	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Saláma šunková 100 g, Čaj dia 0.25 l	Ovocie mandarinka 1 ks	Cesnaková polievka s opr.chlebom 0,33l (1,9), Bravčové stehno po záhradnícky 54g/115g (1,7,9), Cestoviny/príloha 200g (1,3,7)	Acid.mlieko 250g	Prívarok fazuľkový (škol.) 180g (1,7), Vajce 1 ks (aler.3), Chlieb 100g (1)	Rožok soj.DSN 1033 dia/1, Maslo 20g (7)	
E: 16 896 kJ, E: 3 443 kcal, Bielk.: 153,6 g, Tuky: 85,3 g, Sach.: 749,0 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 10,89 g, Ca: 892 mg, A: 1 ug, B1: 4,539 mg, B2: 419,286 mg, C: 98,8 mg, Fe: 42,37 mg, Vl.: 121,3 g							

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

<b>ŠET</b>	Dvojplôšník so sémom 110g, Maslo 20g (7), Saláma šunková 50 g, Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Croissant nugát. 60g	Cesnaková polievka s opr.chlebom 0,33l (1,9), Bravčové stehno po záhradnícky 54g/115g (1,7,9), Cestoviny/príloha 200g (1,3,7)	Ryža s ovocím (dia) 300g (7)	Prívarok fazuľkový (škol.) 180g (1,7), Vajce 1 ks (aler.3), Chlieb 100g (1)		
	E: 6 395 kJ, E: 840 kcal, Bielk.: 65,4 g, Tuky: 58,2 g, Sach.: 198,3 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,04 g, Ca: 528 mg, A: 1 ug, B1: 1,390 mg, B2: 441,514 mg, C: 50,4 mg, Fe: 5,83 mg, Vl.: 18,9 g						
<b>ŠPEC</b>	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Saláma šunková 100 g, Čaj dia 0.25 l	Jogurt biely	Cesnaková polievka s opr.chlebom 0,33l (1,9), Bravčové stehno po záhradnícky 54g/115g (1,7,9), Cestoviny/príloha 200g (1,3,7)	Acid.mlieko 250g	Prívarok fazuľkový (škol.) 180g (1,7), Vajce 1 ks (aler.3), Chlieb 100g (1)	Rožok soj.DSN 1033 dia/1, Maslo 20g (7)	
	E: 16 608 kJ, E: 3 375 kcal, Bielk.: 152,2 g, Tuky: 84,7 g, Sach.: 730,2 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 10,89 g, Ca: 812 mg, A: 1 ug, B1: 4,417 mg, B2: 419,216 mg, C: 35,8 mg, Fe: 41,71 mg, Vl.: 117,9 g						
<b>Ne 6.10.</b>	<b>RAC</b>	<b>Raňajky</b>	<b>Desiata</b>	<b>Obed</b>	<b>Olovrant</b>	<b>Večera</b>	<b>Druhá večera</b>
		Vianočka 100g (1,3,7), Maslo 20g (7), Džem 20g (12), Kakao 0,25 l	Ovocie jablka l ks	Polievka drobková 0,33 l (1), Primátorský rezeň 190g (1,3,7), Varene zem. s vňať.19904 200g, Rajčiakový šalát 120g (-)	Pagáč zemiakový 40g (1,3,7)	Chlieb 100g (1), Rybia konzerva 125g (aler.viď obal), Keks - perník	
	E: 8 867 kJ, E: 1 851 kcal, Bielk.: 84,8 g, Tuky: 68,9 g, Sach.: 291,4 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,23 g, Ca: 863 mg, A: 2 ug, B1: 1,353 mg, B2: 514,254 mg, C: 134,7 mg, Fe: 17,05 mg, Vl.: 33,6 g						
	<b>DIA</b>	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Džem dia 30g (12), Kakao 0,25 l dia	Ovocie jablka l ks	Polievka drobková 0,33 l (1), Primátorský rezeň 190g (1,3,7), Varene zem. s vňať.19904 200g, Rajčiakový šalát 120g (-)	Pagáč zemiakový 40g (1,3,7)	Chlieb 100g (1), Rybia konzerva 125g (aler.viď obal), Keks - perník	marhuľový kompot
	E: 7 692 kJ, E: 1 616 kcal, Bielk.: 81,2 g, Tuky: 62,9 g, Sach.: 241,6 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,74 g, Ca: 863 mg, A: 2 ug, B1: 1,368 mg, B2: 514,181 mg, C: 134,7 mg, Fe: 17,50 mg, Vl.: 36,2 g						
<b>ŠET</b>	Vianočka 100g (1,3,7), Maslo 20g (7), Džem 20g (12), Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Ovocie jablka l ks	Polievka drobková 0,33 l (1), Kurací rezeň prírodný 236g/156g (1,3,7,9), Varene zem. s vňať.19904 200g, Rajčiakový šalát 120g (-)	Pagáč zemiakový 40g (1,3,7)	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Keks - perník, Šunka hydínová 100g (aler.viď obal)		
E: 7 322 kJ, E: 1 261 kcal, Bielk.: 58,1 g, Tuky: 39,4 g, Sach.: 261,0 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,30 g, Ca: 236 mg, A: 2 ug, B1: 1,189 mg, B2: 351,596 mg, C: 130,2 mg, Fe: 12,01 mg, Vl.: 32,5 g							
<b>ŠPEC</b>	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Džem dia 30g (12), Kakao 0,25 l dia	Ovocie jablka l ks	Polievka drobková 0,33 l (1), Kurací rezeň prírodný 236g/156g (1,3,7,9), Varene zem. s vňať.19904 200g, Rajčiakový šalát 120g (-)	Miláčik l ks/7	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Keks - perník, Šunka hydínová 100g (aler.viď obal)	marhuľový kompot	
E: 6 493 kJ, E: 1 139 kcal, Bielk.: 62,5 g, Tuky: 37,2 g, Sach.: 215,2 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,04 g, Ca: 536 mg, A: 2 ug, B1: 1,309 mg, B2: 464,023 mg, C: 134,7 mg, Fe: 12,46 mg, Vl.: 35,1 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:	
	.....	