



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

JEDÁLNY LÍSTOK NA OBDOBIE OD 1. 7. 2024 DO 7. 7. 2024

Po		Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
1.7.	RAC	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Šunka 50 g/6, Uhorka šalátová, Čaj pravý 0,25 l	Pizza rohlík 50g (1,7)	Polievka ragú 0,35l (1,3,7,9), Strapačky s kapustou 380g (1)	Miláčik I ks/7	Lahôdk.guláš 11149 182/62/6, Cestoviny/príloha 200g (1,3,7)	
		E: 9 743 kJ, E: 1 445 kcal, Bielk.: 63,5 g, Tuky: 54,7 g, Sach.: 306,8 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,41 g, Ca: 240 mg, A: 5 ug, B1: 1,310 mg, B2: 620,919 mg, C: 95,4 mg, Fe: 15,88 mg, Vl.: 27,6 g					
	DIA	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Šunka 70 g/6, Uhorka šalátová, Čaj dia 0.25 l	Jogurt ovocný dia /7,12	Polievka ragú 0,35l (1,3,7,9), Strapačky s kapustou 380g (1)	Ovocie jablka I ks	Lahôdk.gul.dia 11149 182/62/6, Cestoviny/príloha 200g (1,3,7)	Obložený chlieb (dia) 45g (1,7)
		E: 10 048 kJ, E: 1 582 kcal, Bielk.: 65,8 g, Tuky: 56,5 g, Sach.: 300,5 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,50 g, Ca: 407 mg, A: 5 ug, B1: 1,351 mg, B2: 756,237 mg, C: 116,4 mg, Fe: 16,12 mg, Vl.: 31,0 g					
ŠET	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Šunka 50 g/6, Čaj pravý 0,25 l	Pagáč zemiakový 2x40g (1,3,7)	Krupicová polievka s vajcom (šetr) 0,33l (1,3,7,9), Granatiersky pochod (šetr) 375g (1), Cvikla 120g	Miláčik I ks/7	Cestoviny/príloha 200g (1,3,7), Kuracie soté 165g/135g (1,3,7,9)		
	E: 7 194 kJ, E: 802 kcal, Bielk.: 36,8 g, Tuky: 42,2 g, Sach.: 276,2 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 1,89 g, Ca: 186 mg, A: 0 ug, B1: 0,685 mg, B2: 364,804 mg, C: 78,6 mg, Fe: 8,31 mg, Vl.: 25,8 g						
ŠPEC	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Šunka 70 g/6, Uhorka šalátová, Čaj dia 0.25 l	Jogurt ovocný dia /7,12	Polievka ragú 0,35l (1,3,7,9), Strapačky s kapustou 380g (1)	Ovocie jablka I ks	Lahôdk.gul.dia 11149 182/62/6, Cestoviny/príloha 200g (1,3,7)		
	E: 9 397 kJ, E: 1 455 kcal, Bielk.: 63,5 g, Tuky: 55,9 g, Sach.: 288,7 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,27 g, Ca: 393 mg, A: 5 ug, B1: 1,282 mg, B2: 681,910 mg, C: 116,4 mg, Fe: 15,42 mg, Vl.: 28,9 g						
Ut	RAC	Chlieb 100g (1), Paštéta 50g (aler.viď obal), Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Buchta lekvárová 80g (1,3)	Polievka zeleninová so strúhankou 0,33l (1,3,9), Kuracie prsia zapekané so zemiakmi, cibuľou a pórom 56g/289g (7), Obloha zeleninová 100g	Kaša z ovsených vločiek (šetr) 150g (1,7)	Chlieb 50g (1), Syr tavený 1ks 17,5g (7), Uzol sladký 80g, Maslo 20 gr. 2 ks (7), Puding 0.25 l/7	
		E: 9 422 kJ, E: 1 864 kcal, Bielk.: 67,5 g, Tuky: 88,3 g, Sach.: 280,9 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 6,19 g, Ca: 1 082 mg, A: 0 ug, B1: 1,440 mg, B2: 646,101 mg, C: 145,2 mg, Fe: 13,57 mg, Vl.: 33,1 g					

DIA	Chlieb 50g (1), Paštéta 50g (aler.viď obal), Čaj dia 0.25 l	ovocné pyré	Polievka zeleninová so strúhankou 0,33l (1,3,9), Kuracie prsia zapekané so zemiakmi, cibuľou a pórom 56g/289g (7), Zemiaky varené 100 g, Obloha zeleninová (šetr) 50g	Ovocie hrusky I ks	Maslo 20 gr. 2 ks (7), Chlieb 100g (1), Syr šulcový 100g (7), Zelenina rajčina 100g	Jogurt biely	
	E: 7 612 kJ, E: 1 684 kcal, Bielk.: 56,9 g, Tuky: 65,2 g, Sach.: 254,8 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,78 g, Ca: 1 075 mg, A: 0 ug, B1: 1,384 mg, B2: 348,560 mg, C: 177,7 mg, Fe: 15,40 mg, Vl.: 45,1 g						
ŠET	Čaj pravý so sirupom 0.2 l, Zavin /1,3,7	Buchta lekvárová 80g (1,3)	Polievka zeleninová so strúhankou (šetr) 0,33l (1,3,9), Sekaný rezeň prírodný 200g/150g (1,3,7), Zemiaky varené 100 g, Obloha zeleninová 100g, Obloha zeleninová (šetr) 50g	Kaša z ovsených vločiek (šetr) 150g (1,7)	Chlieb 50g (1), Syr tavený 1ks 17,5g (7), Uzol sladký 80g, Maslo 20 gr. 2 ks (7), Puding 0.25 l/7		
	E: 9 912 kJ, E: 1 948 kcal, Bielk.: 63,2 g, Tuky: 81,9 g, Sach.: 270,3 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,70 g, Ca: 870 mg, A: 0 ug, B1: 1,115 mg, B2: 778,306 mg, C: 114,0 mg, Fe: 10,91 mg, Vl.: 20,7 g						
ŠPEC	Čaj pravý so sirupom 0.2 l, Zavin /1,3,7	ovocné pyré	Polievka zeleninová so strúhankou (šetr) 0,33l (1,3,9), Sekaný rezeň prírodný 200g/150g (1,3,7), Zemiaky varené 100 g, Obloha zeleninová 100g, Obloha zeleninová (šetr) 50g		Maslo 20 gr. 2 ks (7), Chlieb 100g (1), Syr šulcový 100g (7), Zelenina rajčina 100g		
	E: 8 064 kJ, E: 1 680 kcal, Bielk.: 54,2 g, Tuky: 59,2 g, Sach.: 231,4 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,48 g, Ca: 849 mg, A: 0 ug, B1: 0,989 mg, B2: 480,641 mg, C: 147,8 mg, Fe: 11,90 mg, Vl.: 26,2 g						
St 3.7.	RAC	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
		Nátierka syrová s cesnakom, Chlieb 100g (1), Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Ovocie banán 1 ks	Topolč.pol.10152 0.33l/1,9, Rizoto z bravčového mäsa 320g/80g (7), Šalát zeleninový/9, Melon červený	Obložený chlieb 2 ks 160g (1,3,7)	Rezance s krupicou 330g (1,3,7), Čaj pravý 0,25 l	
	E: 8 908 kJ, E: 1 107 kcal, Bielk.: 48,3 g, Tuky: 29,8 g, Sach.: 368,0 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,48 g, Ca: 394 mg, A: 1 ug, B1: 1,017 mg, B2: 466,840 mg, C: 68,4 mg, Fe: 12,86 mg, Vl.: 35,6 g						
	DIA	Nátierka syrová s cesnakom, Chlieb 50g (1), Čaj dia 0.25 l	Ovocie grep I ks	Topolč.pol.10152 0.33l/1,9, Rizoto z bravčového mäsa 320g/80g (7), Šalát zeleninový/9, Melon červený	Obložený chlieb 2 ks 160g (1,3,7)	Rezance s krupicou 330g (1,3,7), Čaj dia 0.25 l	Ovocna vyziva dia/12
E: 7 270 kJ, E: 1 048 kcal, Bielk.: 41,7 g, Tuky: 28,6 g, Sach.: 274,0 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 1,96 g, Ca: 380 mg, A: 1 ug, B1: 0,872 mg, B2: 466,736 mg, C: 132,0 mg, Fe: 9,58 mg, Vl.: 30,7 g							

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

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

ŠET	Nátierka syrová s cesnakom, Chlieb 100g (1), Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Ovocie banán 1 ks	Topoľč.pol.10152 0.33l/1,9, Rizoto z bravčového mäsa 320g/80g (7), Šalát zeleninový/9, Melon červený	Obložený chlieb 2 ks 160g (1,3,7)	Rezance s krupicou 330g (1,3,7), Čaj pravý 0,25 l		
	E: 8 908 kJ, E: 1 107 kcal, Bielk.: 48,3 g, Tuky: 29,8 g, Sach.: 368,0 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,48 g, Ca: 394 mg, A: 1 ug, B1: 1,017 mg, B2: 466,840 mg, C: 68,4 mg, Fe: 12,86 mg, Vl.: 35,6 g						
ŠPEC	Nátierka syrová s cesnakom, Chlieb 50g (1), Čaj dia 0.25 l	Ovocie grep 1 ks	Topoľč.pol.10152 0.33l/1,9, Rizoto z bravčového mäsa 320g/80g (7), Šalát zeleninový/9, Melon červený	Obložený chlieb 2 ks 160g (1,3,7)	Rezance s krupicou 330g (1,3,7), Čaj dia 0.25 l		
	E: 7 270 kJ, E: 1 048 kcal, Bielk.: 41,7 g, Tuky: 28,6 g, Sach.: 274,0 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 1,96 g, Ca: 380 mg, A: 1 ug, B1: 0,872 mg, B2: 466,736 mg, C: 132,0 mg, Fe: 9,58 mg, Vl.: 30,7 g						
Št 4.7.	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera	
	RAC	Rohlík sladký 60g 2 ks, Džem 20g (12), Maslo 20g (7), Med (ks) 1 ks, Čaj pravý 0,25 l	Krupicová kaša (dia) 190g (1,7)	Polievka karotková 0,33l (1,7,9), Kurací rezeň prírodný 236g/156g (1,3,7,9), Varene zem. s vňať.19904 200g, Pečená zelenina 75g	Jogurt ovocný l ks/7,12	Zavin /1,3,7, Miláčik l ks/7	
	E: 6 780 kJ, E: 1 273 kcal, Bielk.: 30,3 g, Tuky: 42,8 g, Sach.: 218,5 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 1,93 g, Ca: 1 911 mg, A: 2 ug, B1: 1,086 mg, B2: 536,525 mg, C: 110,0 mg, Fe: 8,74 mg, Vl.: 20,2 g						
	DIA	Rohlík sladký 60g 2 ks, Džem 20g (12), Maslo 20g (7), Med (ks) 1 ks, Čaj dia 0.25 l	Ovocie grep 1 ks	Polievka karotková 0,33l (1,7,9), Kurací rezeň prírodný 236g/156g (1,3,7,9), Zemiaky varené 100 g, Pečená zelenina 75g	Jogurt ovocný l ks/7,12	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Saláma trvanlivá 100g, Zelenina paprika 50g	Acid.mlieko 250g
	E: 5 227 kJ, E: 1 006 kcal, Bielk.: 25,6 g, Tuky: 34,7 g, Sach.: 156,3 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 1,95 g, Ca: 1 784 mg, A: 2 ug, B1: 1,158 mg, B2: 435,260 mg, C: 234,5 mg, Fe: 10,05 mg, Vl.: 27,5 g						
ŠET	Rohlík sladký 60g 2 ks, Džem 20g (12), Maslo 20g (7), Med (ks) 1 ks, Čaj pravý 0,25 l	Krupicová kaša (dia) 190g (1,7)	Polievka karotková 0,33l (1,7,9), Kurací rezeň prírodný 236g/156g (1,3,7,9), Varene zem. s vňať.19904 200g, Pečená zelenina 75g	Jogurt ovocný l ks/7,12	Zavin /1,3,7, Miláčik l ks/7		
E: 6 780 kJ, E: 1 273 kcal, Bielk.: 30,3 g, Tuky: 42,8 g, Sach.: 218,5 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 1,93 g, Ca: 1 911 mg, A: 2 ug, B1: 1,086 mg, B2: 536,525 mg, C: 110,0 mg, Fe: 8,74 mg, Vl.: 20,2 g							
ŠPEC	Rohlík sladký 60g 2 ks, Džem 20g (12), Maslo 20g (7), Med (ks) 1 ks, Čaj pravý 0,25 l	Ovocie grep 1 ks	Polievka karotková 0,33l (1,7,9), Kurací rezeň prírodný 236g/156g (1,3,7,9), Varene zem. s vňať.19904 200g, Pečená zelenina 75g	Jogurt ovocný l ks/7,12	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Saláma trvanlivá 100g, Zelenina paprika 50g		
E: 6 186 kJ, E: 1 142 kcal, Bielk.: 29,1 g, Tuky: 35,0 g, Sach.: 216,2 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,12 g, Ca: 1 815 mg, A: 2 ug, B1: 1,343 mg, B2: 435,367 mg, C: 268,1 mg, Fe: 11,94 mg, Vl.: 33,1 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
Pi 5.7.	RAC	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	Rezance s orechmi 360g (1,8), Chlieb 100g (1), Polievka fazuľová s údeným kolienkom 0,33l (1,9)	Žemľa 55g (1), Maslo 20g (7), Saláma 2 pl.	Kuracie soté 165g/135g (1,3,7,9), Cestoviny/príloha 200g (1,3,7), Uhorka sterilizovaná 50g	
		E: 10 269 kJ, E: 1 082 kcal, Bielk.: 73,0 g, Tuky: 47,2 g, Sach.: 353,5 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,62 g, Ca: 751 mg, A: 0 ug, B1: 1,113 mg, B2: 469,950 mg, C: 14,3 mg, Fe: 10,87 mg, Vl.: 32,4 g					
	DIA	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.	Kuracie soté 165g/135g (1,3,7,9), Cestoviny/príloha 120g (1,3,7), Uhorka sterilizovaná 50g	Ovocna vyziva dia/12
		E: 8 209 kJ, E: 1 477 kcal, Bielk.: 46,6 g, Tuky: 65,5 g, Sach.: 226,8 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,33 g, Ca: 482 mg, A: 0 ug, B1: 0,896 mg, B2: 616,785 mg, C: 126,6 mg, Fe: 9,62 mg, Vl.: 28,4 g					
ŠET	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.	Kuracie soté 165g/135g (1,3,7,9), Cestoviny/príloha 200g (1,3,7)		
	E: 9 627 kJ, E: 1 565 kcal, Bielk.: 53,9 g, Tuky: 64,5 g, Sach.: 305,2 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,00 g, Ca: 728 mg, A: 0 ug, B1: 1,016 mg, B2: 645,263 mg, C: 29,7 mg, Fe: 9,42 mg, Vl.: 27,9 g						
ŠPEC	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.	Kuracie soté 165g/135g (1,3,7,9), Cestoviny/príloha 120g (1,3,7), Uhorka sterilizovaná 50g		
	E: 8 209 kJ, E: 1 477 kcal, Bielk.: 46,6 g, Tuky: 65,5 g, Sach.: 226,8 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,33 g, Ca: 482 mg, A: 0 ug, B1: 0,896 mg, B2: 616,785 mg, C: 126,6 mg, Fe: 9,62 mg, Vl.: 28,4 g						
So 6.7.	RAC	Dvojplošník so sésamom 110g, Maslo 20g (7), Saláma trvanlivá 50g, Čaj pravý so sirupom 0.2 l, Zelenina rajčina 100g	Croissant nugát. 60g	Richtárska polievka 10237 0.33l (-), Jaternica 150g, Zemiaky varené 200g, Čalamáda 150g	Ryža s ovocím (dia) 300g (7)	Rezance zapekané s lekvárom 300g (1,3,7,8), Keks 1,6,7,8	
		E: 8 301 kJ, E: 1 090 kcal, Bielk.: 61,0 g, Tuky: 82,2 g, Sach.: 215,8 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 8,15 g, Ca: 461 mg, A: 0 ug, B1: 0,735 mg, B2: 591,584 mg, C: 126,2 mg, Fe: 6,99 mg, Vl.: 21,3 g					

DIA	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Saláma trvanlivá 100g, Čaj dia 0.25 l, Zelenina rajčina 100g	Jogurt biely	Richtárska polievka 10237 0.33l (-), Jaternica 150g, Zemiaky varené 100 g, Čalamáda 150g	Ovocie grep 1 ks	Rezance zapekané s lekvárom 300g (1,3,7,8), Keks 1,6,7,8	Rožok soj.DSN 1033 dia/1, Maslo 20g (7)	
	E: 18 340 kJ, E: 3 584 kcal, Bielk.: 146,2 g, Tuky: 108,9 g, Sach.: 738,9 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 15,94 g, Ca: 760 mg, A: 0 ug, B1: 3,710 mg, B2: 569,261 mg, C: 170,3 mg, Fe: 41,96 mg, Vl.: 119,8 g						
ŠET	Dvojplošník so sémom 110g, Maslo 20g (7), Saláma šunková 50 g, Čaj pravý so sirupom 0.2 l, Zelenina rajčina 100g	Croissant nugát. 60g	Richtárska polievka 10237 0.33l (-), Zemiaky varené 200g, Bravčové mäso dusené v karotke 214g/64g (1,7)	Ryža s ovocím (dia) 300g (7)	Rezance zapekané s lekvárom 300g (1,3,7,8), Keks 1,6,7,8		
	E: 6 455 kJ, E: 1 108 kcal, Bielk.: 35,5 g, Tuky: 52,2 g, Sach.: 205,4 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 8,32 g, Ca: 553 mg, A: 3 ug, B1: 0,847 mg, B2: 578,523 mg, C: 135,0 mg, Fe: 9,68 mg, Vl.: 26,6 g						
ŠPEC	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Saláma trvanlivá 100g, Čaj dia 0.25 l, Zelenina rajčina 100g	Jogurt biely	Richtárska polievka 10237 0.33l (-), Zemiaky varené 200g, Bravčové mäso dusené v karotke 214g/64g (1,7)	Ovocie grep 1 ks	Rezance zapekané s lekvárom 300g (1,3,7,8), Keks 1,6,7,8		
	E: 6 187 kJ, E: 1 167 kcal, Bielk.: 33,4 g, Tuky: 46,5 g, Sach.: 210,2 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 8,65 g, Ca: 327 mg, A: 3 ug, B1: 0,970 mg, B2: 481,085 mg, C: 206,0 mg, Fe: 11,16 mg, Vl.: 32,6 g						
Ne 7.7.	RAC	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
		Chlieb 100g (1), Miesane vaj.na cib.19216 90g, Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Dyňa žltá	Polievka hovädzia s mäsom, Kuracie prsia vyprážené 170g (1,3,7), Ryža dusená 150g, Kompot 150g (12)	Pagáč zemiakový 40g (1,3,7)	Chlieb 100g (1), Tvarohová nátierka 40g (7), Zelenina paprika 50g	
	E: 7 504 kJ, E: 1 629 kcal, Bielk.: 60,0 g, Tuky: 81,6 g, Sach.: 214,8 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,51 g, Ca: 251 mg, A: 0 ug, B1: 0,921 mg, B2: 775,682 mg, C: 105,9 mg, Fe: 10,71 mg, Vl.: 25,5 g						
		Chlieb 50g (1), Miesane vaj.na cib.19216 90g, Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Dyňa žltá	Polievka hovädzia s mäsom, Kuracie prsia vyprážené 170g (1,3,7), Ryža dusená 100g, Kompot DSN 772 150g dia/12	Miláčik 1 ks/7	Chlieb 100g (1), Tvarohová nátierka 40g (7), Zelenina paprika 50g	ovocné pyré
E: 6 624 kJ, E: 1 418 kcal, Bielk.: 53,0 g, Tuky: 78,0 g, Sach.: 176,0 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,02 g, Ca: 231 mg, A: 0 ug, B1: 0,760 mg, B2: 770,096 mg, C: 120,9 mg, Fe: 9,12 mg, Vl.: 22,2 g							
	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Vajce 1 ks (aler.3), Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Dyňa žltá	Polievka hovädzia s mäsom, Ryža dusená 150g, Kompot 150g (12), Kurací rezeň prírodný 236g/156g (1,3,7,9)	Pagáč zemiakový 40g (1,3,7)	Chlieb 100g (1), Tvarohová nátierka 40g (7), Zelenina rajčina 100g		
E: 6 440 kJ, E: 1 312 kcal, Bielk.: 45,9 g, Tuky: 48,0 g, Sach.: 214,4 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,51 g, Ca: 243 mg, A: 0 ug, B1: 0,956 mg, B2: 451,005 mg, C: 52,7 mg, Fe: 11,09 mg, Vl.: 25,6 g							



"VEK NÁDEJE", Zariadenie sociálnych služieb Nové Zámky

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

ŠPEC	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Vajce 1 ks (aler.3), Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Dyňa žltá	Polievka hovädzia s mäsom, Ryža dusená 150g, Kompot 150g (12), Kurací rezeň prírodný 236g/156g (1,3,7,9)	Miláčik I ks/7	Chlieb 100g (1), Tvarohová nátierka 40g (7), Zelenina rajčina 100g	ovocné pyré
	E: 6 554 kJ, E: 1 339 kcal, Bielk.: 46,1 g, Tuky: 48,1 g, Sach.: 224,1 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,60 g, Ca: 261 mg, A: 0 ug, B1: 0,998 mg, B2: 466,217 mg, C: 68,4 mg, Fe: 11,50 mg, Vl.: 27,7 g					

Zmena jedálneho lístka je vyhradená.

	Schválil: Ing. Peter Mészáros:	
	