



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

JEDÁLNY LÍSTOK NA OBDOBIE OD 02.12.2024 DO 08.12.2024

Po		Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
2.12.	RAC	Chlieb 100g (1), Nátierka syrová s cesnakom, Čaj pravý s o.s.Šk.0,25l 01004	Ovocie grep I ks, Čaj pravý 0,25 l	Polievka karfiolová so zemiakmi (šetr) 0,33l (3,7), Granatiersky pochod 375g (1), Uhorka sterilizovaná 50g	Vtacie mlieko VR36 2dl/3,7	Br.steh.záhr.02324 200/64/1,9, Čaj pravý 0,25 l, Cestoviny/príloha 200g (1,3,7)	
		E: 10 370 kJ, E: 1 208 kcal, Bielk.: 75,6 g, Tuky: 70,8 g, Sach.: 388,6 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,70 g, Ca: 599 mg, A: 0 ug, B1: 1,842 mg, B2: 660,175 mg, C: 199,2 mg, Fe: 8,78 mg, Vl.: 29,8 g					
	DIA	Chlieb 50g (1), Čaj dia 0.25 l, Maslo 20g (7), Saláma jemná (sekaná) 100g	Ovocie grep I ks, Čaj dia 0.25 l	Polievka karfiolová so zemiakmi (šetr) 0,33l (3,7), Granatiersky pochod 375g (1), Uhorka sterilizovaná 50g	Vtacie mlieko VR36 2dl dia/3,7	Br.steh.záhr.02324 200/64/1,9, Čaj dia 0.25 l	Obložená bageta I ks/1,3,7, Čaj dia 0.25 l
		E: 9 763 kJ, E: 1 031 kcal, Bielk.: 80,3 g, Tuky: 79,3 g, Sach.: 272,7 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,17 g, Ca: 805 mg, A: 0 ug, B1: 2,105 mg, B2: 542,474 mg, C: 228,8 mg, Fe: 11,51 mg, Vl.: 31,3 g					
ŠET	Chlieb 100g (1), Čaj pravý s o.s.Šk.0,25l 01004, Maslo 20g (7), Saláma jemná (sekaná) 100g	Ovocie grep I ks, Čaj pravý 0,25 l	Polievka mrkvová ZLC 0.33/1, Granatiersky pochod (šetr) 375g (1), Cvikla 120g	Vtacie mlieko VR36 2dl/3,7	Br.steh.záhr.02324 200/64/1,9, Čaj pravý 0,25 l, Cestoviny/príloha 200g (1,3,7)		
	E: 11 517 kJ, E: 1 086 kcal, Bielk.: 76,3 g, Tuky: 73,6 g, Sach.: 406,5 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,74 g, Ca: 585 mg, A: 2 ug, B1: 1,795 mg, B2: 561,106 mg, C: 172,8 mg, Fe: 10,80 mg, Vl.: 33,5 g						
ŠPEC							
Ut		Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
3.12.	RAC	Bábovka 100g (1,3,7), Maslo 20g (7), Kakao 0,25 l	Keks I ks/1,6,7,8	Polievka rajčiaková so syrom 0,33l (1,7,9), Kuracie soté 165g/135g (1,3,7,9), Ryža dusená 150g	Pečené vajcia na cibuli 100g (3,7), Chlieb 100g (1)	Krupicove rezan.VR31b 400g/1, Džem dia 30g (12), Čaj pravý 0,25 l, Ovocie jablka I ks	
		E: 10 951 kJ, E: 1 703 kcal, Bielk.: 63,6 g, Tuky: 81,4 g, Sach.: 393,2 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,52 g, Ca: 485 mg, A: 0 ug, B1: 0,774 mg, B2: 794,265 mg, C: 27,8 mg, Fe: 6,85 mg, Vl.: 23,3 g					
DIA	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Kakao 0,25 l dia, Šunka 100 g	Keks dia I ks (1,6,7,8)	Polievka rajčiaková (dia) 0,33l (1,9), Kuracie soté 165g/135g (1,3,7,9), Ryža dusená 150g	Pečené vajcia na cibuli 100g (3,7), Chlieb 50g (1)	Krupicove rezan.VR31b 400g/1, Džem dia 30g (12), Čaj dia 0.25 l, Ovocie jablka I ks	Chlieb s maslom 60g (1,7), Uhorka šalátová, Čaj dia 0.25 l	
	E: 9 915 kJ, E: 1 417 kcal, Bielk.: 61,1 g, Tuky: 83,4 g, Sach.: 332,1 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,35 g, Ca: 443 mg, A: 0 ug, B1: 0,801 mg, B2: 802,503 mg, C: 32,7 mg, Fe: 7,36 mg, Vl.: 26,0 g						

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

	ŠET	Bábovka 100g (1,3,7), Maslo 20g (7), Čaj pravý 0,25 l	Keks I ks/1,6,7,8	Polievka rajčiaková so syrom 0,33l (1,7,9), Kuracie soté 165g/135g (1,3,7,9), Ryža dusená 150g	Pečené vajcia na cibuli 100g (3,7), Chlieb 100g (1)	Krupicove rezan.VR31b 400g/1, Džem dia 30g (12), Čaj pravý 0,25 l, Ovocie jablka I ks	
		E: 10 669 kJ, E: 1 590 kcal, Bielk.: 55,6 g, Tuky: 77,6 g, Sach.: 393,2 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,29 g, Ca: 185 mg, A: 0 ug, B1: 0,669 mg, B2: 681,765 mg, C: 23,3 mg, Fe: 6,85 mg, Vl.: 23,3 g					
	ŠPEC						
St 4.12.		Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
	RAC	Maslo 20g (7), Saláma jemná (sekaná) 50g, Čaj pravý 0,25 l, Rožok soj.DSN 1033 dia/1, Chlieb 50g (1)	Pagáč zemiakový 40g (1,3,7)	Zeleninová krémová polievka šetr. 0,33l (1,7), Kurací perkelt 300g/150g (1), Halušky - príloha 200g (1,3)	Ovocie hrusky I ks	Omeleta s hráškom 130g (3,7), Zemiaky varené 150g	
	E: 15 354 kJ, E: 3 339 kcal, Bielk.: 119,2 g, Tuky: 68,6 g, Sach.: 688,9 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 8,76 g, Ca: 768 mg, A: 1 ug, B1: 3,576 mg, B2: 462,466 mg, C: 71,9 mg, Fe: 41,41 mg, Vl.: 118,7 g						
	DIA	Maslo 20g (7), Saláma jemná (sekaná) 50g, Čaj dia 0.25 l, Rožok soj.DSN 1033 dia/1, Chlieb 50g (1)	Jogurt ovocný dia /7,12	Zeleninová krémová polievka šetr. 0,33l (1,7), Kurací perkelt 300g/150g (1), Halušky - príloha 200g (1,3)	Ovocie hrusky I ks	Omeleta s hráškom 130g (3,7), Zemiaky varené 150g	Chlieb so syrom 67,5g (1,7), Mlieko 2,5 dl (7)
	E: 16 377 kJ, E: 3 635 kcal, Bielk.: 139,8 g, Tuky: 79,0 g, Sach.: 709,1 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 9,62 g, Ca: 1 370 mg, A: 1 ug, B1: 3,876 mg, B2: 575,324 mg, C: 78,8 mg, Fe: 42,94 mg, Vl.: 122,8 g						
ŠET	Maslo 20g (7), Saláma jemná (sekaná) 50g, Čaj pravý 0,25 l, Žemľa 55g (1), Chlieb 50g (1)	Pagáč zemiakový 40g (1,3,7)	Zeleninová krémová polievka šetr. 0,33l (1,7), Halušky - príloha 200g (1,3)	Ovocie pomaranc 1 ks	Omeleta s hráškom 130g (3,7), Zemiaky varené 150g		
E: 4 444 kJ, E: 746 kcal, Bielk.: 29,2 g, Tuky: 28,2 g, Sach.: 130,8 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 0,98 g, Ca: 270 mg, A: 1 ug, B1: 0,628 mg, B2: 362,051 mg, C: 161,9 mg, Fe: 7,04 mg, Vl.: 20,4 g							
	ŠPEC						
Št 5.12.		Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
	RAC	Chlieb 100g (1), Syr tavený 2ks 35g (7), Zelenina paprika 50g, Čaj pravý 0,25 l	Ovocie jablka I ks	Pol.z hy.drob.10211/A0.33/1,9, Rezne vo vajičku, Varena zem. s vňať.19904 200g, Uhorkový šalát 120g	Puding 0.25 l/7	Zavin /1,3,7, Čaj pravý 0,25 l, Miláčik I ks/7	
E: 11 118 kJ, E: 2 161 kcal, Bielk.: 114,8 g, Tuky: 102,5 g, Sach.: 342,2 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 7,05 g, Ca: 2 008 mg, A: 3 ug, B1: 1,810 mg, B2: 367,028 mg, C: 187,3 mg, Fe: 14,50 mg, Vl.: 33,1 g							

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

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

DIA	Chlieb 100g (1), Syr tavený 2ks 35g (7), Zelenina paprika 50g, Čaj dia 0.25 l	Ovocie jablka 1 ks	Pol.z hy.drob.10211/A0.33/1,9, Rezne vo vajíčku, Varene zem. s vňať.19904 200g, Uhorkový šalát 120g	Puding dia l ks 0.25 l/7	Syr tavený 2ks 35g (7), Saláma šunková 100 g, Čaj dia 0.25 l	Kaša z ovsených vločiek (šetr) 150g (1,7), Čaj dia 0.25 l	
	E: 12 210 kJ, E: 2 587 kcal, Bielk.: 155,4 g, Tuky: 148,7 g, Sach.: 257,6 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 8,96 g, Ca: 3 619 mg, A: 3 ug, B1: 2,010 mg, B2: 568,384 mg, C: 189,6 mg, Fe: 16,29 mg, Vl.: 34,3 g						
	ŠET	Chlieb 100g (1), Syr tavený 2ks 35g (7), Čaj pravý 0,25 l, Zelenina rajčina 100g	Ovocie jablka 1 ks	Pol.z hy.drob.10211/A0.33/1,9, Varene zem. s vňať.19904 200g, Rajčiakový šalát šetr. 120g (-), Bravčový rezeň prírodný 160g/117g (1,9)	Puding 0.25 l/7	Zavin /1,3,7, Čaj pravý 0,25 l, Miláčik 1 ks/7	
E: 11 702 kJ, E: 1 817 kcal, Bielk.: 124,0 g, Tuky: 116,8 g, Sach.: 334,2 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 8,72 g, Ca: 2 007 mg, A: 3 ug, B1: 2,453 mg, B2: 300,129 mg, C: 164,8 mg, Fe: 12,98 mg, Vl.: 34,6 g							
ŠPEC							
Pi 6.12.	RAC	Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
		Chlieb 100g (1), Masť - mastenie 30g, Čaj pravý 0,25 l, Cibuľa krájaná 0,03 kg	Ovocie banán 1 ks	Gulášová polievka 0,33l (1,3,7,9), Chlieb 100g (1), Mriežkový zemiakový koláč 330g (1,3)	Pečivo s maslom 1ks 50g (1,7), Džús rac ks/12	Bravčové mäso dusené v karotke 214g/64g (1,7), Ryža dusená 150g	
	E: 10 665 kJ, E: 1 898 kcal, Bielk.: 64,5 g, Tuky: 38,0 g, Sach.: 508,5 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,95 g, Ca: 390 mg, A: 3 ug, B1: 1,510 mg, B2: 739,873 mg, C: 79,7 mg, Fe: 19,32 mg, Vl.: 43,4 g						
	DIA	Chlieb 50g (1), Masť - mastenie 30g, Čaj dia 0.25 l, Cibuľa krájaná 0,03 kg	Ovocie banán 1 ks	Gulášová polievka 0,33l (1,3,7,9), Chlieb 100g (1), Kuracie rizoto so šampiňónmi III (šetr) 320g/90g (7,9)	Pečivo s maslom 1ks 50g (1,7), Džús rac ks/12	Bravčové mäso dusené v karotke 214g/64g (1,7), Ryža dusená 100g	Ovoc.výživa DIA l ks
	E: 9 958 kJ, E: 2 165 kcal, Bielk.: 55,0 g, Tuky: 50,8 g, Sach.: 419,5 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,87 g, Ca: 437 mg, A: 3 ug, B1: 1,201 mg, B2: 917,722 mg, C: 65,4 mg, Fe: 16,21 mg, Vl.: 34,0 g						
ŠET	Chlieb 100g (1), Syr Bambino 100g (7), Čaj pravý 0,25 l	Ovocie banán 1 ks	Poliev.zemiak.s kôpr.01187/1,7, Knedle slivkové H (šetr) 250g (1,3,7)	Pečivo s maslom 1ks 50g (1,7)	Bravčové mäso dusené v karotke 214g/64g (1,7), Ryža dusená 150g		
E: 6 620 kJ, E: 1 088 kcal, Bielk.: 33,0 g, Tuky: 25,0 g, Sach.: 261,5 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,20 g, Ca: 433 mg, A: 3 ug, B1: 0,969 mg, B2: 318,985 mg, C: 64,1 mg, Fe: 11,76 mg, Vl.: 27,5 g							
ŠPEC							

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

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

		Raňajky	Desiata	Obed	Olovrant	Večera	Druhá večera
So 7.12.	RAC	Chlieb 100g (1), Saláma trvanlivá 50g, Maslo 20g (7), Čaj pravý so sirupom 0.2 l	Ovocie pomaranc 1 ks	Polievka karotková so zemiakmi 0,33l, Párok 1 ks, Tekvicový prívarok 210g (1,7)	Pizza rohlík 50g (1,7)	Bitky po kozácky 130g (1,3,7), Zemiaky varené 200g	
		E: 6 285 kJ, E: 1 367 kcal, Bielk.: 50,8 g, Tuky: 34,2 g, Sach.: 222,9 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,09 g, Ca: 503 mg, A: 1 ug, B1: 1,158 mg, B2: 556,849 mg, C: 205,8 mg, Fe: 13,54 mg, Vl.: 35,8 g					
	DIA	Chlieb 50g (1), Saláma trvanlivá 50g, Maslo 20g (7), Čaj dia 0.25 l	Ovocie pomaranc 1 ks	Polievka karotková so zemiakmi 0,33l, Párok 1 ks, Tekvicový prívarok 210g (1,7)	Kompot DSN 772 150g dia/12	Bitky po kozácky 130g (1,3,7), Zemiaky varené 200g	Chlieb 50g (1), Nátierka z paštety 50g (3,7,10), Mlieko 2,5 dl (7)
		E: 6 842 kJ, E: 1 577 kcal, Bielk.: 59,8 g, Tuky: 47,9 g, Sach.: 215,9 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,33 g, Ca: 805 mg, A: 1 ug, B1: 1,266 mg, B2: 765,310 mg, C: 211,0 mg, Fe: 13,57 mg, Vl.: 35,9 g					
	ŠET	Chlieb 100g (1), Maslo 20g (7), Čaj pravý so sirupom 0.2 l, Saláma šunková 50 g	Ovocie pomaranc 1 ks	Polievka karotková so zemiakmi 0,33l, Párok 1 ks, Tekvicový prívarok 210g (1,7)	Pizza rohlík 50g (1,7)	Bitky po kozácky 130g (1,3,7), Zemiaky varené 200g	
E: 6 285 kJ, E: 1 367 kcal, Bielk.: 50,8 g, Tuky: 34,2 g, Sach.: 222,9 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 2,09 g, Ca: 503 mg, A: 1 ug, B1: 1,158 mg, B2: 556,849 mg, C: 205,8 mg, Fe: 13,54 mg, Vl.: 35,8 g							
ŠPEC							
Ne 8.12.	RAC	Uzol sladký 2 ks/1,3,7, Maslo 20g (7), Kava biela/7, Džem dia 30g (12)	Jogurt biely	Pol.z hy.drob.10211/A0.33/1,9, Kuracie prsia vyprážené v cestíčku 140g (1,3,7), Ryža dusená 150g, Kompot 150g (12)	Mrkva s jabl.VR68 250g	Chlieb 100g (1), Syr šulcový 100g (7), Zelenina rajčina 100g, Ovocie jablka l ks, Čaj pravý s o.s.Šk.0,25l 01004	
		E: 7 040 kJ, E: 1 359 kcal, Bielk.: 58,9 g, Tuky: 62,8 g, Sach.: 243,2 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,71 g, Ca: 1 042 mg, A: 5 ug, B1: 0,979 mg, B2: 578,733 mg, C: 88,3 mg, Fe: 10,41 mg, Vl.: 31,7 g					
	DIA	Chlieb 50g (1), Maslo 20g (7), Káva biela DIA 0.25/7, Džem dia 30g (12)	Jogurt biely	Pol.z hy.drob.10211/A0.33/1,9, Kuracie prsia vyprážené v cestíčku 140g (1,3,7), Ryža dusená 100g, Kompot DSN 772 150g dia/12	Mrkva s jabl.VR68 250g	Chlieb 100g (1), Syr šulcový 100g (7), Zelenina rajčina 100g, Ovocie jablka l ks, Čaj dia 0.25 l	Párok 1 ks, Chlieb 50g (1), Čaj dia 0.25 l
E: 8 288 kJ, E: 1 790 kcal, Bielk.: 77,9 g, Tuky: 74,4 g, Sach.: 244,0 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 4,73 g, Ca: 1 046 mg, A: 5 ug, B1: 1,252 mg, B2: 845,627 mg, C: 86,7 mg, Fe: 13,45 mg, Vl.: 41,0 g							



"VEK NÁDEJE", Zariadenie sociálnych služieb Nové Zámky

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

ŠET	Uzol sladký 2 ks/1,3,7, Maslo 20g (7), Čaj pravý s o.s.Šk.0,25l 01004, Džem dia 30g (12)	Jogurt biely	Pol.z hy.drob.10211/A0.33/1,9, Kurací rezeň prírodný 184g/104g (1,3,7,9), Ryža dusená 150g, Kompot 150g (12)	Mrkva s jabl.VR68 250g	Chlieb 100g (1), Syr šulcový 100g (7), Zelenina rajčina 100g, Ovocie jablka 1 ks, Čaj pravý s o.s.Šk.0,25l 01004	
	E: 6 362 kJ, E: 1 154 kcal, Bielk.: 52,0 g, Tuky: 47,7 g, Sach.: 237,9 g, Alk.: 0,0 g, Chol.: 0,00 mg, Kysl.: 3,52 g, Ca: 784 mg, A: 5 ug, B1: 0,889 mg, B2: 374,213 mg, C: 84,4 mg, Fe: 10,41 mg, Vl.: 31,7 g					
ŠPEC						

Zmena jedálneho lístka je vyhradená.

	Schválil: Ing. Peter Mészáros:	
	