



Stredisko sociálnej pomoci
mesta Košice

Jedálny lístok na obdobie od 16.12.2024 do 22.12.2024

RACIONÁLNA DIÉTA

V prípade pripomienok, návrhov a podnetov kontaktujte priamo vedúceho stravovacej prevádzky p. Milana Čečka, mobil: 0907 719 458, tel. 7966511

	Raňajky	Desiata	Obed	Hmot.	Alerg*	Kcal	Olovrant	Večera	Hmot.
PONDELOK 16.12.2024	Čaj Chlieb 100g Maslo 20g Zeleninová nátier.50g cibuľka 1ks	Ovocie	Pol. Špenátová s opr.chleb. Granadírsky pochod Kyslá uhorka	330g 350g 120g	1,9 1,7	690 10470	Croissant	Bravčové na rasci Zemiaky varené Šalát z čínsk. kapusty	120g 250g 120g
UTOROK 17.12.2024	Čaj Chlieb 50g, Rožok grah.1ks, Maslo 20g Saláma Nitran 50g	Džús	Pol. Frankfurtská Bolonské špagety	330g 350g	1,7 1,3,7	660 2750 2300 400	Ovocie	Krupicová kaša s posýpkou	300g
STREDA 18.12.2024	Čaj, Biela káva Chlieb 100g Maslo 20g Syr Eidam 50g, parad.1ks	Ovocie	Pol. Šošovicová Kuracie na šampiňónoch Dusená baby mrkva Slovenská ryža	330g 120g 150g 190g	1 1,7	930 2670 530 2420	Keks	Zapekané zemiaky so syrom Šalát cviklový	350g 120g
ŠTVRTOK 19.12.2024	Čaj, Čierna káva Chlieb 100g Párky 2ks,horčica	Detská výživa	Pol. Zeleninová s cest. Hovädzí guláš Noky Kyslá uhorka	330g 120g 190g 120g	1,9 / 1,3	1110 1750 2960 280	Ovocie	Rizoto s tofu syrom Šalát mrkv. – jablk.	350g 120g
PIATOK 20.12.2024	Čaj, Chlieb 50g, Rožok 1ks Maslo 20g Varené vajce 1ks, 1/2papriky	Ovocie	Pol. Držková Grilovaný Hermelín Zemiaky opekané Brusnicová omáčka	330g 120g 250g 50g	1 1,7	2670 2950 2740 870	Keks	Chlieb 100g Zavináč	
SOBOTA 21.12.2024	Čaj, Chlieb 100g Paštétové maslo 50g pór	Lupačka	Pol. Hlivová Tekvicový prívarok Hovädzí perkelt Chlieb	330g 250g 120g 50g	1 1,3	1350 2320 1140	Ovocie	Fliačky s hlávkovou kapustou	350g
NEDEĽA 22.12.2024	Čaj, Chlieb 100g, Maslo 20g Sladké pečivo	Ovocie	Pol. Kuracia s mäsom a niť. Kuracie soté so zeleninou Ryža Šalát steril.	330g 120g 190g 120g	1,9 1,3,10	1090 2390 2520 1820	Pizza rožok	Chlieb 100g Maslo 20g Hydinový nárez 80g 1/2 Papriky	

Zodpovedná osoba: Milan Čečko
vedúci stravovacieho úseku

ZMENA JEDÁLNEHO LÍSTKA VYHRADENÁ (hmotnosť mäsa v surovom stave)
Pôvod mäsa : EÚ

Jedálny lístok na obdobie od 16.12.2024 do 22.12.2024

DIABETICKÁ DIÉTA

V prípade pripomienok, návrhov a podnetov kontaktujte priamo vedúceho stravovacej prevádzky p. Milana Čečka, mobil: 0907 719 458, tel. 7966511

	Raňajky	Desiata	Obed	Hmot.	Alerg*	Kcal	Olovrant	Večera	Hmot.
PONDELOK 16.12.2024	Čaj Chlieb 50g, Maslo 10g Zeleninová nátier.50g, cibuľ.1ks	Ovocie	Pol. Špenátová s opr.chleb. Granadírsky pochod Kyslá uhorka	330g 350g 130g	1,9 1,7	690 10470	Pagáč škvark.	Bravčové na rasci Zemiaky varené Šalát z čínsk.kapusty II.več:chlieb 50g,maslo 10g	120g 220g 130g
UTOROK 17.12.2024	Čaj Chlieb 50g, Rožok gr.1ks, Maslo 10g Saláma Nitran 50g	Ovocie	Pol. Frankfurtská Bolonské špagety	330g 350g	1,7 1,3,7	660 2750 2300 400	Ovocie	DIA Krup.kaša s posýpkou II.več:chlieb 50g, šunka 50g,maslo 10g	300g
STREDA 18.12.2024	Čaj, DIA Biela káva Chlieb 50g Maslo 20g Syr Eidam 50g,par.1ks	Ovocie	Pol. Šošovičová Kuracie na šampiňónoch Dusená baby mrkva Slovenská ryža	330g 120g 150g 140g	1 1,7	930 2670 530 2420	Dia Keks	Zapekané zemiaky so syrom Šalát cviklový II.več:rožok gr.1ks, šunková pena 50g	320g 130g
ŠTVRTOK 19.12.2024	Čaj, Čierna káva Chlieb 50g, Párky 2ks,horčica	DIA Detská výživa	Pol. Zeleninová s cest. Hovädzí guláš Noky Kyslá uhorka	330g 120g 140g 130g	1,9 / 1,3	1110 1750 2960 280	Ovocie	Rizoto s tofu syrom Šalát mrkv. – jablk. II.več: kaiser.s pos.1ks, hydín.tlačenka 50g	320g 130g
PIATOK 20.12.2024	Čaj, Chlieb 50g Rožok gr.1ks Maslo 10g Var.vajce 1ks,1/2papriky	Ovocie	Pol. Držková Grilovaný Hermelín Zemiaky opekané	330g 120g 220g	1 1,7	2670 2950 2740 930	Jogurt biely	Chlieb 50g, Maslo 10g Zavináč II.več:rož.sój.1ks, maslo 10g	
SOBOTA 21.12.2024	Čaj, Chlieb 50g Paštétové maslo 50g pór	Pagáč škvark.	Pol. Hlivová Tekvicový prívarok Hovädzí perkelt Chlieb	330g 250g 120g 50g	1 1,3	1350 2320 1140	Ovocie	Fliacky s hlávkovou kapustou II.več: chlieb 50g, aspik morčací 50g	320g
NEDEĽA 22.12.2024	Čaj, Chlieb 50g, Maslo 10g Med 1ks	Ovocie	Pol. Kuracia s mäsom a niť. Kuracie soté so zeleninou Ryža Šalát steril.	330g 120g 140g 130g	1,9 1,3,10	1090 2390 2520 1820	Pizza rožok	Chlieb 50g, Maslo 10g Hydinový nárez 80g 1/2 papriky II.več:rožok gr.1ks, nát.maslo 50g	

Zodpovedná osoba: Milan Čečko
vedúci stravovacieho úseku

ZMENA JEDÁLNEHO LÍSTKA VYHRADENÁ (hmotnosť mäsa v surovom stave)
Pôvod mäsa : EÚ



Stredisko sociálnej pomoci
mesta Košice

Jedálny lístok na obdobie od 16.12.2024 do 22.12.2024

ŠETRIACA DIÉTA

V prípade pripomienok, návrhov a podnetov kontaktujte priamo vedúceho stravovacej prevádzky p. Milana Čečka, mobil: 0907 719 458, tel. 7966511

	Raňajky	Desiata	Obed	Hmot.	Alerg*	Kcal	Olovrant	Večera	Hmot.
PONDELOK 16.12.2024	Čaj Chlieb 100g Maslo 20g Zeleninová nátier.50g pór	Ovocie	Pol. Špenátová s opr.chleb. Granadírsky pochod Šalát cviklový	330g 350g 120g	1 1,7	520 10470	Croissant	Bravčové na rasci Zemiaky varené Šalát z čínsk.kapusty	120g 250g 120g
UTOROK 17.12.2024	Čaj Chlieb 50g, Rožok 1ks, Maslo 20g Saláma Šunková 50g	Džús	Pol. Frankfurtská ŠT Bolonské špagety	330g 350g	1,7 1,7	660 2750 2300 400	Ovocie	Krupicová kaša s posýpkou	300g
STREDA 18.12.2024	Čaj, Biela káva Chlieb 100g Maslo 20g Syr Eidam 50g,parad.1ks	Ovocie	Pol. Minestrone Kuracie na šampiňónoch Dusená baby mrkva Slovenská ryža	330g 100g 150g 190g	1,9 1,7	550 1980 530 2420	Keks	Zapekané zemiaky so syrom Šalát cviklový	350g 120g
ŠTVRTOK 19.12.2024	Čaj, Čierna káva Chlieb 100g Párky 2ks, kečup	Detská výživa	Pol. Zeleninová s cest. Hovädzi guláš Noky Šalát cviklový	330g 120g 190g 120g	1,9 / 1,3	1110 1750 2960 550	Ovocie	Rizoto s tofu syrom Šalát mrkv. – jablk.	350g 120g
PIATOK 20.12.2024	Čaj, Chlieb 50g, Rožok 1ks Maslo 20g Varené vajce 1ks, ½ paradajky	Ovocie	Pol. Gulášová Grilovaný Hermelín Zemiaky varené Brusnicová omáčka	330g 120g 250g 50g	1 1,7	739 2950 2740 870	Keks	Chlieb 100g Ryby v tomate 1ks	
SOBOTA 21.12.2024	Čaj, Chlieb 100g Paštétové maslo 50g pór	Lupačka	Pol. Hlivová Tekvicový prívarok Hovädzi perkelt Chlieb	330g 250g 120g 50g	1 1,3	1350 2320 1140	Ovocie	Fliacky s čínskou kapustou	350g
NEDEĽA 22.12.2024	Čaj, Chlieb 100g, Maslo 20g Sladké pečivo	Ovocie	Pol. Kuracia s mäsom a nit'. Kuracie soté so zeleninou Ryža Šalát zeler.– jablk.,	330g 120g 190g 120g	1,9 1,3,9	1090 2390 2520 900	Pizza rožok	Chlieb 100g Maslo 20g Hydinový nárez 80g Paradajka 1ks	