

Dieta č. 3 racionální

PONDĚLÍ 10.8.	SNÍDANĚ	BÍLÁ KÁVA, PEČIVO 2 KS, PAŠTIKA 50 g (1)
	PŘESNÍDÁVKA	JOGURT OVOCNÝ (7)
	OBĚD	POLÉVKA: RAJSKÁ (1, 7)
		1.: "D" PŘÍRODNÍ ŽEBÍRKO, TĚSTOVINY S PÓRKEM A SÝREM (1, 3, 7)
		2.: JÁTRA PO ORIENTÁLSKU, ŠPECLE (1, 3, 7)
	SVAČINA	OVOCE
	VEČEŘE	1.: BRAMBOROVÝ GULÁŠ, CHLÉB 2 KS (1, 7, 9)
2.:		
VEČEŘE II.		
ÚTERÝ 11.8.	SNÍDANĚ	BÍLÁ KÁVA, CELOZRNÉ PEČIVO 2 KS, TAVENÝ SÝR 50 g (1, 7, 11)
	PŘESNÍDÁVKA	OVOCE
	OBĚD	POLÉVKA: CIBULOVÁ S KRUTONKY (1)
		1.: KUŘECÍ NUDLIČKY S NIVOU, RÝŽE, ČERSTVÝ SALÁT (1, 7)
		2.: "D" HOVĚZÍ PO ZAHRADNICKU, BRAMBORY (1, 7)
	SVAČINA	OVOCNÁ PŘESNÍDÁVKA
	VEČEŘE	1.: BRAMBOROVÝ KNEDLÍK MAŠTĚNÝ CIBULKOU, ŠKVARKY, ZELÍ (1, 3)
2.: "D" KUSKUS S VEPŘ.MASEM A ZELENINOU SYPANÝ SÝREM, ČERVENÁ		
VEČEŘE II.		
STŘEDA 12.8.	SNÍDANĚ	ČAJ, VEJCE VAŘENÉ 1 KS, MÁSLO 20 g, CHLÉB 2 KS (1, 3, 7)
	PŘESNÍDÁVKA	OVOCE
	OBĚD	POLÉVKA: DRŠŤKOVÁ (1)
		1.: TVAROHOVÉ OVOCNÉ KNEDLÍKY SYPANÉ TVAROHEM (1, 3, 7)
		2.: VEPŘOVÉ PO VALAŠSKU, BRAMBORY (1, 7)
	SVAČINA	DŽUS
	VEČEŘE	1.: SALÁMOVÁ POMAZÁNKA 120 g, CHLÉB 2 KS (1, 7)
2.: RYBÍ SALÁT V JOGURTU, CHLÉB 2 KS (1, 4, 7)		
VEČEŘE II.		
ČTVRTEK 13.8.	SNÍDANĚ	KAKAO, LOUPÁKY 2 KS (1, 3, 7)
	PŘESNÍDÁVKA	JOGURT OVOCNÝ (7)
	OBĚD	POLÉVKA: HOVĚZÍ VÝVAR S MASEM A DROBENÍM (1, 3, 9)
		1.: KUŘECÍ ŘÍZEK V TĚSTÍČKU, BRAMBOR.SALÁT (1, 3, 7, 9, 10)
		2.: "D" KUŘECÍ ROLKA, RÝŽE (1, 3, 7)
	SVAČINA	KÁVA, DOMÁCÍ MOUČNÍK (1, 3, 7)
	VEČEŘE	1.: "D" TĚSTOVINOVÝ SALÁT S TUŇÁKEM, PEČIVO 1 KS (1, 4, 7)
2.: LEČO S MORAVSKOU KLOBÁSOU, BRAMBORY (3, 7)		
VEČEŘE II.		

PÁTEK 14.8.	SNÍDANĚ	BÍLÁ KÁVA, PEČIVO 2 KS, ŽERVÉ 50 g (1, 7)	
	PŘESNÍDÁVKA	OVOCE	
	OBĚD	POLÉVKA: GULÁŠOVÁ (1, 7)	
		1.: DUKÁTOVÉ BUCHTIČKY S VANILKOVÝM KRÉMEM (1, 3, 7)	
		2.: HOVĚZÍ PEČENĚ ŠTĚPÁNSKÁ, HOUSKOVÝ KNEDLÍK (1, 3, 7)	
	SVAČINA	DŽUS	
	VEČEŘE	1.: BRAMBOROVÁ KAŠE, DUŠENÁ ŠUNKA, RAJČE 1/2 KS (1, 7)	
2.: KUŘECÍ KŘIDÉLKA NA GRILU, KEČUP, HOŘČICE, CHLÉB 2 KS (1, 7, 10)			
VEČEŘE II.			
SOBOTA 15.8.	SNÍDANĚ	TEPLÉ MLÉKO, CHLÉB 2 KS, MÁSLA 20 g, UZENÝ EIDAM 50 g (1, 7)	
	PŘESNÍDÁVKA	OVOCNÉ PYRÉ	
	OBĚD	POLÉVKA: KRUPICOVÁ S VEJCI (1, 3, 9)	
		1.: "D" VEPŘOVÁ PLEC, DUŠENÁ MRKEV, BRAMBORY (1, 7)	
		2.: KOVBOJSKÉ FAZOLE, CHLÉB 2 KS (1)	
	SVAČINA	OVOCE	
	VEČEŘE	1.: ŠUNKOVÝ ZÁVITEK S KŘENOVOU PĚNOU, CHLÉB 2 KS	
2.: "D" TVAROH FITNESS, PEČIVO 2 KS (1, 7)			
VEČEŘE II.			
NEDELE 16.8.	SNÍDANĚ	KAKAO, KOLÁČE 2 KS (1, 3, 7)	SEDLČANSKÁ POUŤ
	PŘESNÍDÁVKA	OVOCE	
	OBĚD	POLÉVKA: HOVĚZÍ VÝVAR S MASOVOU RÝŽÍ (1, 3, 9)	
		1.: PEČENÉ KACHNÍ STEHNO, HOUSKOVÝ KNEDLÍK, ZELÍ (1, 3, 7)	
		2.: "D" PEČENÝ KRÁLÍK, HOUSKOVÝ KNEDLÍK, DUŠENÉ ČÍNSKÉ ZELÍ (1, 3,	
	SVAČINA	SUŠENKA (1, 3, 7, 8)	
	VEČEŘE	BALÍČKY: PAŠTIKA 100 g, CHLÉB 2 KS (1)	
VEČEŘE II.			

Sestavil: Václav Čížek a kolektiv Schválila: stravovací komise /viz zápis/

Klienti mají denně na výběr z několika druhů nápojů (bílá káva, kakao, mléko, ovocné šťávy, voda, čaj).

Ovoce je podáváno sezónní (banány, mandarinky, jablka, hroz.víno, pomeranče, hrušky, blumy, švestky).

Diabetikům je podávána druhá večeře (chléb, máslo, šlehaný tvaroh, šunka, sýr, rama).

Klientům zajišťujeme i tyto diety (diabetická, šetřící, s omezením tuku, redukční, neslaná).

Informace o alergenech obsažených v jednotlivých pokrmech jsou označeny na jídelním lístku formou číselných kódů.

VEPŘOVÉ PO VALAŠSKU (ŽAMPIONY, SMETANA, KOPR)