

**Dieta č. 3 racionální**

PONDĚLÍ 11.10.	<b>SNÍDANĚ</b>	ČAJ, CHLÉB 1 KS, PÁRKY, HOŘČICE (1,10)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	PUDING NUTRI (7)
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: ITALSKÁ ZELENINOVÁ (1,9)
		1.: KUŘECÍ STEHNO PO ZBOJNICKU, DUŠENÁ RÝŽE/ BRAMBORY(1,)
		2.: "D" KUŘECÍ PLÁTEK PŘÍRODNÍ, DUŠENÁ RÝŽE/ BRAMBORY, (1,)
	<b>SVAČINA</b>	OVOCE
	<b>VEČEŘE</b>	1.: FRANKFURTSKÁ POLÉVKA, CHLÉB 2 KS (1,)
<b>VEČEŘE II.</b>		
ÚTERÝ 12.10.	<b>SNÍDANĚ</b>	BÍLÁ KÁVA , 1 KS CHLÉB, 20g MÁSLA, VEJCE VAŘENÉ (1,3,7)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	OVOCE
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: HOVĚZÍ VÝVAR S RÝŽÍ A HRÁŠKEM (9)
		1.: VEPŘOVÁ KÝTA NA SMETANĚ, HOUSKOVÝ KNEDLÍK/ RÝŽE (1,3,7,)
		2.: VEPŘOVÁ KÝTA PO ŠPANĚLSKU, HOUSKOVÝ KNEDLÍK/ RÝŽE (1,3,7)
	<b>SVAČINA</b>	OPLATKA (1)
	<b>VEČEŘE</b>	1.: BRAMBOROVÉ ŠIŠKY SE STROUHANKOU (1,3,7) 2.: VUŘTY NA PIVĚ, CHLÉB 2 KS (1,)
<b>VEČEŘE II.</b>		
STŘEDA 13.10.	<b>SNÍDANĚ</b>	BÍLÁ KÁVA, 1 KS PEČIVA, MÁSLA 20g, DŽEM (1,3,7)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	JOGURT BÍLÝ (7)
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: UZENÁ S TĚSTOVINOVOU RÝŽÍ (1,3,9)
		1.: HRACHOVÁ KAŠE, UZENÉ MASO, ZELNÝ SALÁT (1,)
		2.: "D" TĚSTOVINY PO MILÁNSKU SYPANÉ SÝREM (1,3,7)
	<b>SVAČINA</b>	OVOCE
	<b>VEČEŘE</b>	1.: POMAZÁNKOVÉ MÁSLA, RAJČE, CHLÉB 2 KS (1,7) 2.: RYBÍ POMAZÁNKA, RAJČE, CHLÉB 2 KS (1,4,7)
<b>VEČEŘE II.</b>		
ČTVRTEK 14.10.	<b>SNÍDANĚ</b>	KAKAO, LOUPÁKY 2 KS (1,3,7)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	VÝŽIVA
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: HOVĚZÍ S DOMÁCÍM STROUHÁNÍM (1,3,9)
		1.:HOVĚZÍ GULÁŠ, HOUSKOVÝ KNEDLÍK / RÝŽE(1,3,)
		2.:KUŘECÍ ČÍNA, KARI RÝŽE
	<b>SVAČINA</b>	KÁVA,MOUČNÍK (1, 3, 7)
	<b>VEČEŘE</b>	1.: BRAMBOROVÝ KNEDLÍK S CIBULKOU A ŠKVARKY, ZELÍ KYSANÉ (1,3)
<b>VEČEŘE II.</b>		

PÁTEK 15.10.	<b>SNÍDANĚ</b>	BÍLÁ KÁVA, 1 KS PEČIVA, ŽERVÉ 50g (1, 7)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	VÝŽIVA
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: GULÁŠOVÁ (1,)
		1.: DUKÁTOVÉ BUCHTIČKY A VANILKOVÝM KRÉMEM (1,3,7) 2.: PEČENÁ KUŘECÍ KŘÍDLA, BRAMBOROVÁ KAŠE, RAJČE 1/2
	<b>SVAČINA</b>	JOGURT OVOCNÝ (7)
	<b>VEČEŘE</b>	1.: BRAMBORY S TVAROHEM A PODMÁSLÍM(,7)
		2.:
<b>VEČEŘE II.</b>		
SOBOTA 16.10.	<b>SNÍDANĚ</b>	TEPLÉ MLÉKO, 1 KS CHLÉB, MÁSLO 20g, SÝR (1,7)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	OVOCE
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: KRUPICOVÁ S VEJCI (1,3,9)
		1.:HOVĚZÍ MASO, DUŠENÉ FAZOLKY, BRAMBORY (1) 2.: RÝŽOVÝ NÁKYP, KOMPOT (3,7)
	<b>SVAČINA</b>	DŽUS
	<b>VEČEŘE</b>	1.: ŠEVCOVSKÝ MLS, 2 KS CHLÉB (1,7,10)
<b>VEČEŘE II.</b>		
NEDĚLE 17.10.	<b>SNÍDANĚ</b>	KAKAO, MAKOVKA 1 KS (1, 3, 7)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	JOGURT OVOCNÝ (7)
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: HOVĚZÍ VÝVAR S NUDLEMI (1,3,9)
		1.: KUŘECÍ PLÁTEK NA BYLINKÁCH, BRAMBORY, KOMPOT (1,) 2.:
	<b>SVAČINA</b>	VÝŽIVA
	<b>VEČEŘE</b>	1.: ASPIKOVÁ MISKA 2 KS PEČIVA (1,3,7)
		2.:
<b>VEČEŘE II.</b>		

Sestavil: Václav Čížek a kolektiv

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

*Ovoce je podávané 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.**

"D" DIETNÍ ÚPRAVA

nutriční hodnoty jídel jsou hlídány programem Cygnus