

Dieta č. 3 racionální

PONDĚLÍ 12.2.	SNÍDANĚ	BÍLÁ KÁVA, CHLÉB 2 KS, TAVENÝ SÝR 50 g (1, 7)
	PŘESNÍDÁVKA	DŽUS
	OBĚD	POLÉVKA: BROKOLICOVÁ (1, 3, 7)
		1.: "D" PŘÍRODNÍ KUŘECÍ ŘÍZEK, BRAMBOROVÁ KAŠE (1, 3, 7)
		2.: ČÍNSKÉ NUDLE S KUŘECÍM MASEM A ZELENINOU (1)
	SVAČINA	OVOCE
	VEČEŘE	1.: BRAMBOROVÝ GULÁŠ, CHLÉB 2 KS (1, 7)
2.: LÍVANCE S MARMELÁDOU A TVAROHEM (1, 3, 7)		
VEČEŘE II.		
ÚTERÝ 13.2.	SNÍDANĚ	ČAJ, PEČIVO 2 KS, PAŠTIKA 50 g (1)
	PŘESNÍDÁVKA	JOGURT BÍLÝ (7)
	OBĚD	POLÉVKA: HOVĚZÍ VÝVAR S MASEM A VAJEČNOU SEDLINOU (1, 3, 7)
		1.: "D" HOVĚZÍ MASO, RAJSKÁ OMÁČKA, HOUS.KNEDLÍK (1, 3, 7)
		2.: PEČENÝ BŮČEK NA MEDU, BRAMBORY, OBLOHA (1)
	SVAČINA	OVOCE
	VEČEŘE	1.: MÍCHANÉ TĚSTOVINY S VEPŘOVÝM MASEM (1, 3, 7)
2.: SULC S CIBULÍ A OCTEM, CHLÉB 2 KS (1)		
VEČEŘE II.		
STŘEDA 14.2.	SNÍDANĚ	KAKAO, PEČIVO 2 KS, MÁSLA 20 g (7)
	PŘESNÍDÁVKA	JOGURT OVOCNÝ (7) POPELEČNÍ STŘEDA
	OBĚD	POLÉVKA: VLOČKOVÁ (1, 3, 9)
		1.: KOBLIHY, PUNČ (1, 3, 7)
		2.: "D" ZAPEČENÁ BROKOLICE SE SÝREM, BRAMBORY (3, 7)
	SVAČINA	SUŠENKA (1, 3, 7)
	VEČEŘE	1.: TAVENÝ SÝR 100 g, CHLÉB 2 KS, RAJČE 1 KS (1, 7)
2.:		
VEČEŘE II.		
ČTVRTEK 15.2.	SNÍDANĚ	ČAJ, CELOZRNNÉ PEČIVO 2 KS, MÁSLA 20 g, DŽEM PORCE (1, 7, 11)
	PŘESNÍDÁVKA	CHLÉB 1 KS, RAMA 10 g (1)
	OBĚD	POLÉVKA: KAPUSTOVÁ (1, 7)
		1.: KUŘECÍ ŘÍZEK SMAŽENÝ, BRAMBOROVÁ KAŠE (1, 3, 7)
		2.: "D" VEPŘOVÁ ROLÁDA, BRAMBOROVÁ KAŠE (7)
	SVAČINA	KÁVA, DOMÁCÍ MOUČNÍK (1, 3, 7)
	VEČEŘE	1.: HOUBOVÉ RIZOTO SYPANÉ SÝREM (7)
2.:		
VEČEŘE II.		

PÁTEK 16.2.	SNÍDANĚ	BÍLÁ KÁVA, MAKOVKA 80 g (1, 3, 7)
	PŘESNÍDÁVKA	JOGURT BÍLÝ (7)
	OBĚD	POLÉVKA: HOVĚZÍ VÝVAR S MASEM A NUDLEMI (1, 3, 9)
		1.: ZNOJEMSKÝ PLÁTEK, RÝŽE/HOUSKOVÝ KNEDLÍK (1, 3, 7)
		2.: "D" PODĚBRADSKÉ MASO, RÝŽE/HOUSKOVÝ KNEDLÍK (1, 3, 7)
	SVAČINA	OVOCE
	VEČEŘE	1.: TĚSTOVINY A' LA DOMOV (1, 3)
2.: "D" BRAMBORY S KUŘECÍM MASEM A ZELENINOU (7)		
VEČEŘE II.		
SOBOTA 17.2.	SNÍDANĚ	ČAJ, PEČIVO 2 KS, MÁSLA 20 g, SALÁM 50 g (1, 7)
	PŘESNÍDÁVKA	DŽUS
	OBĚD	POLÉVKA: GULÁŠOVÁ (1)
		1.: BRAMBOROVÉ ŠIŠKY S MÁKEM (1, 3)
		2.: MASOVÝ NÁKYP, BRAMBORY VAŘENÉ (3, 7)
	SVAČINA	OVOCE
	VEČEŘE	1.: ZAVINÁČE, CHLÉB 2 KS (1, 4)
2.: "D" EIDAM 100 g, RAMA 20 g, CHLÉB 2 KS (1, 7)		
VEČEŘE II.		
NEDĚLE 18.2.	SNÍDANĚ	KAKAO, KOBLIHA 2 KS (1, 3, 7)
	PŘESNÍDÁVKA	OVOCE
	OBĚD	POLÉVKA: HOVĚZÍ VÝVAR SE STROUHÁNÍM (1, 3, 9)
		1.: HOVĚZÍ NA ČESNEKU, BRAMBOROVÝ KNEDLÍK, ŠPENÁT (1, 3)
		2.: "D" KRŮTÍ KOSTKY NA ZELENINĚ, BR.KNEDLÍK, ŠPENÁT (1, 3)
	SVAČINA	DOMÁCÍ PUDINK (1, 3, 7)
	VEČEŘE	1.: POMAZÁNKA Z NIVY, CHLÉB 2 KS (1, 7)
2.: "D" VAJEČNÁ ASPIKOVÁ MISKA, CHLÉB 2 KS (1, 3)		
VEČEŘE II.		

Sestavila: Mgr. Kateřina Králová, nutriční terapeut 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 sezónně (banány, mandarinky, jablka, hroz.víno, pomeranče, hrušky, blumy, švestky).

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

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 v závorkách.

"D" DIETNÍ ÚPRAVA