

**Dieta č. 3 racionální**

PONDĚLÍ 17.8.	<b>SNÍDANĚ</b>	BÍLÁ KÁVA, PEČIVO 2 KS, MÁSLA 20 g, MED PORCE (1, 7)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	JOGURT OVOCNÝ (7)
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: SLEPIČÍ VÝVAR S MASEM A NUDLEMI (1, 3, 7)
		1.: SMAŽENÝ KVĚTÁK, BRAMBORY, BYLINKOVÝ DIP (1, 3, 7) 2.: "D" FILÉ PEČENÉ S RAJČATY, BRAMBORY (4, 7)
	<b>SVAČINA</b>	OVOCE
	<b>VEČEŘE</b>	1.: TĚSTOVINY S MÁKEM (1, 3, 7)
		2.: DRŮBEŽÍ TLAČENKA, CHLÉB 2 KS (1)
<b>VEČEŘE II.</b>		
ÚTERÝ 18.8.	<b>SNÍDANĚ</b>	ČAJ, CELOZRNNÉ PEČIVO 2 KS, MÁSLA 20 g, SALÁM 50 g (1, 7, 11)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	OVOCE
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: BRAMBOROVÁ (1, 3, 7)
		1.: HOVĚZÍ MASO, KOPROVÁ OMÁČKA, HOUSKOVÝ KNEDLÍK (1, 3, 7) 2.: KUŘECÍ ŠPÍZ, BRAMBORY (7)
	<b>SVAČINA</b>	SUŠENKA (1, 3, 7)
	<b>VEČEŘE</b>	1.: FRANKFURTSKÁ POLÉVKA, PEČIVO 2 KS (1, 7)
		2.:
<b>VEČEŘE II.</b>		
STŘEDA 19.8.	<b>SNÍDANĚ</b>	BÍLÁ KÁVA, CHLÉB 2 KS, MÁSLA 20 g, VEJCE VAŘENÉ 1 KS (1, 3, 7)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	JOGURT BÍLÝ (7)
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: VLOČKOVÁ (1, 3, 9)
		1.: HRACHOVÁ KAŠE, UZENÉ MASO, ZELNÝ SALÁT (1) 2.: "D" LÍVANCE S DŽEMEM A TVAROHEM (1, 3, 7)
	<b>SVAČINA</b>	OVOCE
	<b>VEČEŘE</b>	1.: POMAZÁNKOVÉ MÁSLA 150 g, CHLÉB 2 KS, RAJČE 1 KS (1, 7)
		2.: RYBÍ POMAZÁNKA 120 g, CHLÉB 2 KS, RAJČE 1 KS (1, 4, 7)
<b>VEČEŘE II.</b>		
ČTVRTEK 20.8.	<b>SNÍDANĚ</b>	KAKAO, LOUPÁK 2 KS (1, 3, 7)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	OVOCNÁ PŘESNÍDÁVKA
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: HOVĚZÍ VÝVAR SE STROUHÁNÍM (1, 3, 9)
		1.: HOVĚZÍ GULÁŠ, HOUSKOVÝ KNEDLÍK/RÝŽE (1, 3, 7) 2.: KUŘECÍ ČÍNA, RÝŽE (1, 7)
	<b>SVAČINA</b>	KÁVA, DOMÁCÍ MOUČNÍK (1, 3, 7, 8)
	<b>VEČEŘE</b>	1.: TĚSTOVINY MÍCHANÉ S VEPŘOVÝM MASEM A ŽAMPIONY (1, 3)
		2.:
<b>VEČEŘE II.</b>		

PÁTEK 21.8.	<b>SNÍDANĚ</b>	BÍLÁ KÁVA, PEČIVO 2 KS, MÁSLA 20 g, SÝR UZENÝ EIDAM 50 g (1, 7)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	OVOCE
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: ČOČKOVÁ (1, 7)
		1.: HOLLANDSKÝ ŘÍZEK, ŠŤOUCANÉ BRAMBORY, ČERSTVÝ SALÁT (1, 3, 7)
		2.: "D" MASOVÝ NÁKYP, ŠŤOUCANÉ BRAMBORY, ČERSTVÝ SALÁT (1, 3, 7)
	<b>SVAČINA</b>	JOGURT OVOCNÝ (7)
	<b>VEČEŘE</b>	1.: TAŠTIČKY PLNĚNÉ ŠPENÁTEM (1, 3, 7)
2.: KNEDLÍKY S VEJCI, KYSELÁ OKURKA (1, 3, 7)		
<b>VEČEŘE II.</b>		
SOBOTA 22.8.	<b>SNÍDANĚ</b>	ČAJ, CHLÉB 2 KS, JÁTROVÁ PAŠTIKA 50 g (1, 7)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	OVOCNÁ PŘESNÍDÁVKA
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: KRUPKOVÁ S MEDVĚDÍM ČESNEKEM (1, 9)
		1.: MASOVÉ KULIČKY V RAJSKÉ OMÁČCE, TĚSTOVINY (1, 3, 7)
		2.: NUDLOVÝ NÁKYP, KOMPOT (1, 3, 7)
	<b>SVAČINA</b>	OVOCE
	<b>VEČEŘE</b>	1.: "D" TAVENÝ SÝR 100g, CHLÉB 2 KS (1, 7)
2.: ŠKVARKOVÁ POMAZÁNKA 120 g, CHLÉB 2 KS (1, 7)		
<b>VEČEŘE II.</b>		
NEDĚLE 23.8.	<b>SNÍDANĚ</b>	KAKAO, TVARHOVÉ ŠÁTEČKY 2 KS (1, 3, 7)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	OVOCE
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: HOVĚZÍ VÝVAR S MASEM A RÝŽÍ (9)
		1.: VEPŘOVÉ NA PEPŘI, BRAMBORY (1, 7)
		2.: "D" KRŮTÍ BARBECUE, BRAMBOR.KNEDLÍK, KEDLUBNOVÉ ZELÍ (1, 3)
	<b>SVAČINA</b>	PUDINK (1, 3, 7)
	<b>VEČEŘE</b>	1.: "D" ŠUNKOVÁ PĚNA 120 g, CHLÉB 2 KS (1, 7)
2.: HERMELÍN 100 g, RAMA 20 g, CHLÉB 2 KS (1, 7)		
<b>VEČEŘE II.</b>		

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 sezónně (banány, mandarinky, jablka, hroz.víno, pomeranče, hrušky, blumy, švestky).*

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