

**Dieta č. 3 racionální**

PONDĚLÍ 18.10.	<b>SNÍDANĚ</b>	ČAJ, CHLÉB 1 KS, MÁSLO 20g , ŠUNKA 50g(1,7)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	JOGURT (7)
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: HRSTKOVÁ(1,)
		1.: ČEVABČIČI, BRAMBORY, OBLOHA (1,3,7)
		2.: SEKANÝ ŘÍZEK NA MÁSLE, BRAMBORY (1,3,7)
	<b>SVAČINA</b>	OVOCE
	<b>VEČEŘE</b>	1.: KARÁSKY, BÍLÁ KÁVA (1,3)
2.: KNEDLÍKY S VEJCI, OKURKA KYSELÁ (1,3,7)		
<b>VEČEŘE II.</b>		
ÚTERÝ 19.10.	<b>SNÍDANĚ</b>	BÍLÁ KÁVA , 1 KS CHLÉB, 20g MÁSLO, VEJCE VAŘENÉ (1,3,7)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	OVOCE
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: HOVĚZÍ VÝVAR S NUDLEMI (1,3,9)
		1.: DEBRECÍNSKÝ GULÁŠ, HOUSKOVÝ KNEDLÍK (1,3,7,)
		2.: KUŘECÍ STEHNO PEČENÉ, BRAMBOROVÁ KAŠE, KOMPOT (1,7)
	<b>SVAČINA</b>	OPLATKA (1)
	<b>VEČEŘE</b>	1.: NUDLE S TVAROHEM/ MÁK (1,3,7)
2.: VAJEČNÁ ROLÁDA, CHLÉB 2 KS (1,3,7)		
<b>VEČEŘE II.</b>		
STŘEDA 20.10.	<b>SNÍDANĚ</b>	ČAJ, CHLÉB 1 KS, ŽERVÉ 50g (1,3,7)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	OVOCE
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: KVĚTÁKOVÁ (1,)
		1.:SMAŽENÉ RYBÍ FILÉ, BRAMBORY, ČERSTVÝ SALÁT (1,3,4)
		2.: "D" MASOVÉ KULIČKY S RAJSKOU OMÁČKOU, TĚSTOVINY(1,3,7)
	<b>SVAČINA</b>	PUDING
	<b>VEČEŘE</b>	1.: GERVAIS 80g, RAMA 20g, RAJČE, CHLÉB 2 KS (1,7)
2.:		
<b>VEČEŘE II.</b>		
ČTVRTEK 21.10.	<b>SNÍDANĚ</b>	KAKAO 1 KS CHLÉB, MÁSLO 20g, DŽEM (1,7)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	OVOCE
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: SLEPIČÍ VÝVAR S MASEM A TĚSTOVINOU (1,3,9)
		1.: KUŘE NA PAPRICE, HOUSKOVÝ KNEDLÍK (1,3,7)
		2.:
	<b>SVAČINA</b>	KÁVA, MOUČNÍK (1, 3, 7)
	<b>VEČEŘE</b>	1.: OVAROVÉ KOLENO, KŘEN, KEČUP, 2 KS CHLÉB( 1,)
2.: HALUŠKY S UZENÝM MASEM A ZELÍM		
<b>VEČEŘE II.</b>		

PÁTEK 22.10.	<b>SNÍDANĚ</b>	ČAJ, 1 KS PEČIVA, 20g MÁSLA, SÝR SMETANOVÝ (1, 7)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	VÝŽIVA
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: GULÁŠOVÁ(1,)
		1.: DOMÁCÍ VDOLKY S MARMELÁDOU A TVAROHEM(1,3,) 2.: "D" KUŘECÍ RIZOTO, SYPANÉ SÝREM, RAJČE (7)
	<b>SVAČINA</b>	JOGURT OVOCNÝ (7)
	<b>VEČEŘE</b>	1.: ZAPEČENÉ BRAMBORY SE ŠUNKOU(3,7)
		2.:
<b>VEČEŘE II.</b>		
SOBOTA 23.10.	<b>SNÍDANĚ</b>	ČAJ, 1 KS CHLÉB, MÁSLA 20g (1,)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	PUDING
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: HRACHOVÁ S KRUTÓNY (1,)
		1.: CIKÁNSKÁ VEPŘOVÁ PLEC, DUŠENÁ RÝŽE (1) 2.: "D" VEPŘOVÁ PLEC, DUŠENÁ ZELENINA, BRAMBORY (7)
	<b>SVAČINA</b>	OVOCE
	<b>VEČEŘE</b>	1.: VAJEČNÁ TLAČENKA, 2 KS CHLÉB (1,7)
2.: SULC S CIBULÍ A OCTEM, 2 KS CHLÉB		
<b>VEČEŘE II.</b>		
NEDĚLE 24.10.	<b>SNÍDANĚ</b>	KAKAO, BÁBOVKA (1, 3, 7)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	OVOCNÝ TVAROH (7)
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: HOVĚZÍ VÝVAR S MASEM A NUDLEMI (1,3,9)
		1.: HOVĚZÍ MASO, KŘENOVÁ OMÁČKA, HOUSKOVÝ KNEDLÍK (1, 3, 7,) 2.: "D" SEKANÁ PEČENÁ, BRAMBOROVÁ KAŠE, KOMPOT (7)
	<b>SVAČINA</b>	OVOCE
	<b>VEČEŘE</b>	1.: 100g LÁZEŇSKÁ ŠUNKA, MÁSLA 20g, 2 KS PEČIVA (1,7)
		2.: UTOPENCI, 2 KS CHLÉB (1,)
<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