

Dieta č. 3 racionální

PONDĚLÍ 19.2.	SNÍDANĚ	KAKAO, PEČIVO 2 KS, MÁSLA 20 g (1, 7)
	PŘESNÍDÁVKA	SUŠENKA (1, 3, 7)
	OBĚD	POLÉVKA: ZELENINOVÁ JEMNÁ (1, 3, 7, 9)
		1.: KATŮV ŠLEH, BRAMBORÁKY/BRAMBORY (1, 3, 7)
		2.: "D" VEPŘOVÉ V MRKVI, BRAMBORY (7)
	SVAČINA	OVOCE
	VEČEŘE	1.: KRUPICOVÁ KAŠE, KOMPOT (1, 7)
2.: KNEDLÍKY S VEJCI, KYSELÁ OKURKA (1, 3, 7)		
VEČEŘE II.		
ÚTERÝ 20.2.	SNÍDANĚ	BÍLÁ KÁVA, PEČIVO 2 KS, MÁSLA 20 g, DŽEM PORCE (1, 3, 7)
	PŘESNÍDÁVKA	OVOCE
	OBĚD	POLÉVKA: HRACHOVÁ (1)
		1.: KUŘECÍ STEHNO PEČENÉ, BRAMB.KAŠE, OKURKOVÝ SALÁT (7)
		2.: ZAPEČ.TRESKA SE SÝREM, BRAMB.KAŠE, OKURKOVÝ SALÁT (1, 3, 4, 7)
	SVAČINA	JOGURT OVOCNÝ (7)
	VEČEŘE	1.: PLOVDIVSKÉ MASO, TĚSTOVINY (1, 3, 7)
2.:		
VEČEŘE II.		
STŘEDA 21.2.	SNÍDANĚ	ČAJ, CELOZRNNÉ PEČIVO 2 KS, JÁTROVKA 50 g (1, 11) "D" PAŠTIKA
	PŘESNÍDÁVKA	OVOCE
	OBĚD	POLÉVKA: HOVĚZÍ VÝVAR S MASEM A JÁHLY (9)
		1.: KOPROVÁ OMÁČKA, HOVĚZÍ MASO, HOUSK.KNEDLÍK (1, 3, 7)
		2.: DOMÁCÍ BUCHTY, KAKAO (1, 3, 7)
	SVAČINA	OVOCNÁ PŘESNÍDÁVKA
	VEČEŘE	1.: ŠEVCOVSKÝ MLS 120 g, CHLĚB 2 KS (1)
2.: "D" LUČINOVÁ POMAZÁNKA 120 g, CHLĚB 2 KS (1, 7)		
VEČEŘE II.		
ČTVRTEK 22.2.	SNÍDANĚ	BÍLÁ KÁVA, PEČIVO 2 KS, MÁSLA 20 g, TAVENÝ SÝR (1, 7)
	PŘESNÍDÁVKA	JOGURT OVOCNÝ (7)
	OBĚD	POLÉVKA: ITALSKÁ (1, 3, 7)
		1.: RIZOTO S VEPŘOVÝM MASEM SYPANÉ SÝREM, RAJČE 1/4 KS (7)
		2.: PLNĚNÉ ŽAMPIONY MASEM, BRAMBORY, RAJČE 1/4 KS (7)
	SVAČINA	KÁVA, DOMÁCÍ MOUČNÍK (1, 3, 7)
	VEČEŘE	1.: BRAMBROVÝ KNEDLÍK MAŠTĚNÝ CIBULKOU, ŠKVARKY (1, 3)
2.: "D" BRAMBOR.KNEDLÍK SE ŠUNKOU, DUŠENÉ ČÍNSKÉ ZELÍ (1, 3)		
VEČEŘE II.		

PÁTEK 23.2.	SNÍDANĚ	BÍLÁ KÁVA, PEČIVO 2 KS, RAMA 20 g, SÝR EIDAM 50 g (1, 7)
	PŘESNÍDÁVKA	DŽUS
	OBĚD	POLÉVKA: KRUPICOVÁ S VEJCI (1, 3, 9)
		1.: SEGEDÍNSKÝ GULÁŠ, HOUSK.KNEDLÍK/BRAMBORY (1, 3, 7)
		2.: "D" DEBRECÍNSKÝ GULÁŠ, HOUSK.KNEDLÍK/BRAMBORY (1, 3, 7)
	SVAČINA	OVOCE
	VEČEŘE	1.: ŠÁTEČKY 3 KS, BÍLÁ KÁVA (1, 3, 7)
2.: VAJEČNÁ OMELETA, CHLÉB 2 KS (1, 3)		
VEČEŘE II.		
SOBOTA 24.2.	SNÍDANĚ	BÍLÁ KÁVA, KARLOVARSKÝ ROHLÍK 1 KS, MÁSLA 20 g (1, 7)
	PŘESNÍDÁVKA	OVOCE
	OBĚD	POLÉVKA: BRAMBOROVÁ (1, 7, 9)
		1.: ČOČKA NA KYSELO, PÁREK JEMNÝ, KYS. OKURKA (1, 7)
		2.: "D" BRAMBOROVÁ KAŠE, PÁREK JEMNÝ, ČERSTVÝ SALÁT (7)
	SVAČINA	OVOCNÉ PYRÉ 100 g
	VEČEŘE	1.: TAVENÝ SÝR 100 g, CHLÉB 2 KS, RAJČE 1 KS (1, 7)
2.: RYBÍ POMAZÁNKA 100 g, CHLÉB 2 KS, RAJČE 1 KS (1, 4, 7)		
VEČEŘE II.		
NEDĚLE 25.2.	SNÍDANĚ	KAKAO, VÁNOČKA (1, 3, 7)
	PŘESNÍDÁVKA	JOGURT BÍLÝ (7)
	OBĚD	POLÉVKA: HOVĚZÍ VÝVAR S MASEM A KAPÁNÍM (1, 3, 9)
		1.: VEPŘOVÉ NA PAPRICE, HOUSKOVÝ KNEDLÍK (1, 3, 7)
		2.: "D" VEPŘOVÉ NA SMETANĚ, HOUSKOVÝ KNEDLÍK (1, 3, 7)
	SVAČINA	OVOCE
	VEČEŘE	1.: ŠUNKOVÝ SALÁM 100 g, MÁSLA 20 g, CHLÉB 2 KS (1, 7)
2.:		
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 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 v závorkách.

"D" DIETNÍ ÚPRAVA