

**Dieta č. 3 racionální**

PONDĚLÍ 25.10.	<b>SNÍDANĚ</b>	ČAJ, PEČIVO 1 KS, PAŠTIKA 50g (1)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	OVOCE
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: BULHARSKÁ (1,7,9)
		1.: HOVĚZÍ PLÁTEK NA HOUBÁCH, HOUSKOVÝ KNEDLÍK / RÝŽE (1,3,7)
		2.: HOVĚZÍ PLÁTEK VE VLASTNÍ ŠTÁVĚ, RÝŽE (1)
	<b>SVAČINA</b>	TERMIX
	<b>VEČEŘE</b>	1.: BRAMBOROVÝ GULÁŠ, CHLÉB 2 KS (1)
2.: ŠKVARKOVÉ PLACKY, BÍLÁ KÁVA (1,3,7)		
<b>VEČEŘE II.</b>		
ÚTERÝ 26.10.	<b>SNÍDANĚ</b>	KAKAO, PEČIVO 1 KS, MÁSLA (1,7)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	DŽUS
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: HOVĚZÍ S JÁTROVOU RÝŽÍ (1,3,9)
		1.: TELECÍ RAGŮ, BRAMBORY (1,9)
		2.: VEPŘOVÁ PEČENĚ, JEMNÁ ZELENINA, BRAMBORY (1,9)
	<b>SVAČINA</b>	OVOCE
	<b>VEČEŘE</b>	1.: KRUPICOVÁ KAŠE SYPANÁ SKOŘICÍ, KOMPOT (1)
2.: CHLÉB SE SÁDLEM A CIBULÍ (1)		
<b>VEČEŘE II.</b>		
STŘEDA 27.10.	<b>SNÍDANĚ</b>	BÍLÁ KÁVA, CHLÉB 1 KS, MÁSLA 20g, ŠUNKOVÝ SALÁM 50g (1,7)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	JOGURT OVOCNÝ (7)
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: KRUPKOVÁ S MEDVĚDÍM ČESNEKEM
		1.: UZENÝ BOK, BRAMBORÁČKY, ZELÍ KYSANÉ (1,3,7)
		2.: "D" HOVĚZÍ KOSTKY NA KMÍNĚ, TĚSTOVINY (1,3)
	<b>SVAČINA</b>	DŽUS
	<b>VEČEŘE</b>	1.: PUDING SE ZVÝŠENÝM OBSAHEM BÍLKOVIN, PEČIVO 2 KS (1)
2.:		
<b>VEČEŘE II.</b>		
ČTVRTEK 28.10.	<b>SNÍDANĚ</b>	TEPLÉ MLÉKO, LOUPÁKY 2 KS (1,7)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	VÝŽIVA <b>STÁTNÍ SVÁTEK</b>
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: HŘÍBKOVÁ (1,7)
		1.: SMAŽENÝ VEPŘOVÝ ŘÍZEK, BRAMBOROVÝ SALÁT (1,3,7,9,10)
		2.:
	<b>SVAČINA</b>	KÁVA, MOUČNÍK (1, 3, 7)
	<b>VEČEŘE</b>	1.: SÝR PHILADELPHIA 150g, PEČIVO 2 KS (1,7)
2.:		
<b>VEČEŘE II.</b>		

PÁTEK 29.10.	<b>SNÍDANĚ</b>	ČAJ, CHLÉB 1 KS, MÁSLA 20g DŽEM (1,7)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	OVOCE
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: DRŮBEŽÍ KRÉM SE ZELENINOU ( 1,7,9)
		1.: SMAŽENÉ ŽAMPIONY, BRAMBORY, TATARSKÁ OMÁČKA (1,3,7)
		2.: ZAPEČENÁ BROKOLICE S KRŮTÍM MASEM, BRAMBORY, ČERSTVÝ SALÁD
	<b>SVAČINA</b>	OPLATKA (1)
	<b>VEČEŘE</b>	1.: KULAJDA, PEČIVO 2KS (1,3,7)
2.:		
<b>VEČEŘE II.</b>		
SOBOTA 30.10.	<b>SNÍDANĚ</b>	BÍLÁ KÁVA, KARLOVARSKÝ ROHLÍK 1 KS, MÁSLA 20g (1,7)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	OVOCE
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: FRANKFURTSKÁ (1)
		1.: ČOČKA NA KYSELO, VOLSKÉ OKO, PÁREK 1KS, ČALAMÁDA (1,3)
		2.:"D" ČERVENÁ ČOČKA, VEJCE VAŘENÉ, PÁREK 1KS, KLÍČKOVÝ SALÁT (1,
	<b>SVAČINA</b>	VÝŽIVA
	<b>VEČEŘE</b>	1.: VAJEČNÁ POMAZÁNKA, 2 KS CHLÉB (1,3,7)
2.: TVAROHOVÁ POMAZÁNKA S PAŽITKOU, 2 KS CHLÉB (1,7)		
<b>VEČEŘE II.</b>		
NEDĚLE 31.10.	<b>SNÍDANĚ</b>	KAKAO, KOBLIHY 2 KS
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	1 KS PEČIVA, SÝR TAVENÝ (1,7)
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: SLEPIČÍ VÝVAR S MASEM A NUDLEMI (1,3,9)
		1.: MORAVSKÝ VRABEC, BRAMBOROVÝ KNEDLÍK, ŠPENÁT / ZELÍ
		2.:
	<b>SVAČINA</b>	DŽUS
	<b>VEČEŘE</b>	1.: 100g ANGLICKÁ SLANINA, 20g RAMA, OKURKA, 2KS CHLÉB (1,7)
2.:100g ŠUNKA, 20g MÁSLA, RAJČE, CHLÉB 2 KS (1,7)		
<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 podáváno sezónně (banány, mandarinky, jablka, hroz.víno, pomeranče, hrušky, blumy, švestky).*

*Diabetikům je podávána druhá večeře (ovoce, chléb, máslo, rama, šunka, sýr atd.).*

*Klientům zajišťujeme dietní stravování. Klient má nárok po celý den požádat o přídavek pečiva či chleba.*

**Informace o alergenech obsažených v jednotlivých pokrmech jsou označeny na jídelním lístku formou číselných kódů.**

nutriční hodnoty jídel jsou hlídány programem Cygnus