

**Dieta č. 3 racionální**

PONDĚLÍ 26.2.	<b>SNÍDANĚ</b>	BÍLÁ KÁVA, PEČIVO 2 KS, MÁSLA 20 g (1, 7)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	JOGURT OVOCNÝ (7)
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: KVĚTÁKOVÁ (1, 3, 7)
		1.: BAVORSKÁ SEKANÁ, BRAMBOROVÁ KAŠE, ČERSTVÝ SALÁT (7) 2.: TRESKA PO ŘECKU, BRAMBORY, ČERSTVÝ SALÁT (4, 7)
	<b>SVAČINA</b>	CHLÉB 1 KS, TAVENÝ SÝR (1, 7)
	<b>VEČEŘE</b>	1.: "D" KUSKUSOVÝ NÁKYP S OVOCEM (1, 7)
		2.: LEČO S MORAVSKOU KLOBÁSOU, BRAMBORY (3)
<b>VEČEŘE II.</b>		
ÚTERÝ 27.2.	<b>SNÍDANĚ</b>	ČAJ, CELOZRNÉ PEČIVO 2 KS, MÁSLA 20 g, ŠUNKA 50 g (1, 7, 11)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	OVOCE
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: HOVĚZÍ VÝVAR S MASEM A NUDLEMI (1, 3, 9)
		1.: PLZEŇSKÝ GULÁŠ, HOUSKOVÝ KNEDLÍK (1, 3, 7) 2.: "D" HOVĚZÍ PEČENĚ ŠTĚPÁNSKÁ, HOUSK.KNEDLÍK (1, 3, 7)
	<b>SVAČINA</b>	DŽUS
	<b>VEČEŘE</b>	1.: BRAMBORY S TVAROHEM, PODMÁSLÍ (7)
		2.:
<b>VEČEŘE II.</b>		
STŘEDA 28.2.	<b>SNÍDANĚ</b>	KAKAO, KARLOVARSKÝ ROHLÍK 1 KS, MÁSLA 20 g (1, 7)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	JOGURT BÍLÝ (7)
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: FRANKFURTSKÁ (1)
		1.: OVOCNÉ BRAMBOR.KNEDLÍKY SYPANÉ MÁKEM/TVAROHEM (1, 3, 7) 2.: VEPŘOVÁ PLEC, FAZOLKY NA SMETANĚ, BRAMBORY (1, 7)
	<b>SVAČINA</b>	OVOCE
	<b>VEČEŘE</b>	SANITÁRNÍ DEN - BALÍČKY:
		ŽERVÉ 100 g, CHLÉB 2 KS, RAJČE 1 KS (1, 7)
<b>VEČEŘE II.</b>		
ČTVRTEK 1.3.	<b>SNÍDANĚ</b>	ČAJ, CHLÉB 2 KS, PÁRKY JEMNÉ, HOŘČICE, KEČUP (1, 10)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	OVOCNÁ PŘESNÍDÁVKA
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: HRSTKOVÁ (1, 7)
		1.: SMAŽENÉ FILÉ, BRAMBOR.KAŠE, OBLOHA (1, 3, 4, 7) 2.: "D" KUŘECÍ ROLÁDA, BRAMBOROVÁ KAŠE, OBLOHA (7)
	<b>SVAČINA</b>	KÁVA, DOMÁCÍ MOUČNÍK (1, 3, 7)
	<b>VEČEŘE</b>	1.: KULAJDA, PEČIVO 2 KS (1, 3, 7)
		2.:
<b>VEČEŘE II.</b>		

PÁTEK 2.3.	<b>SNÍDANĚ</b>	TEPLÉ MLÉKO, PEČIVO 2 KS, MÁSLA 20 g, MED PORCE (1, 7)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	OVOCE
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: HOVĚZÍ VÝVAR S JÁTROVOU RÝŽÍ (1, 3, 9)
		1.: VEPŘOVÁ KRKOVICE, BRAMBOROVÝ KNEDLÍK, ŠPENÁT (1, 3)
		2.: KRÁLÍK PEČENÝ, BRAMBOROVÝ KNEDLÍK, ŠPENÁT (1, 3)
	<b>SVAČINA</b>	CHLÉB 1 KS, MÁSLA 10 g (1, 7)
	<b>VEČEŘE</b>	1.: "D" VLOČKOVÁ KAŠE, KOMPOT (1, 7)
2.: OLOMOUCKÉ TVARŮŽKY, CHLÉB 2 KS (1, 7)		
<b>VEČEŘE II.</b>		
SOBOTA 3.3.	<b>SNÍDANĚ</b>	ČAJ, CHLÉB 2 KS, PAŠTIKA 50 g (1)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	OVOCE
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: MRKVOVÁ S KUKUŘICÍ (1, 7)
		1.: ŠUNKOFLEKY, KYSELÁ OKURKA (1, 3, 7)
		2.: KVĚTÁKOVÝ MOZEČEK, BRAMBORY, RAJČE 1/4 KS (3, 7)
	<b>SVAČINA</b>	DŽUS
	<b>VEČEŘE</b>	1.: SÝR COTTAGE 150 g, CHLÉB 2 KS (1, 7)
2.: ZAVINÁČE, CHLÉB 2 KS (1, 4)		
<b>VEČEŘE II.</b>		
NEDELE 4.3.	<b>SNÍDANĚ</b>	KAKAO, ZÁVIN (1, 3, 6, 8)
	<b>PŘESNÍDÁVKA</b>	OVOCNÉ PYRÉ
	<b>OBĚD</b>	POLÉVKA: VLOČKOVÁ (1, 3, 9)
		1.: VEPŘOVÉ ŽEBÍRKO CIKÁNSKÉ, HOUSK.KN./RÝŽE (1, 3, 7)
		2.: "D" VEPŘOVÉ ŽEBÍRKO NA KMÍNĚ, HOUSK.KN./RÝŽE (1, 3, 7)
	<b>SVAČINA</b>	SUŠENKA (1, 3, 7)
	<b>VEČEŘE</b>	1.: DOMÁCÍ ŠUNKOVÁ PĚNA 100 g, CHLÉB 2 KS (1, 7)
2.:		
<b>VEČEŘE II.</b>		

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, 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.**

TRESKA PO ŘECKU: olivy, cibule, rajský protlak, červené víno