

Dieta č. 3 racionální

| | | |
|-------------------|---|---|
| PONDĚLÍ 5.11. | SNÍDANĚ | ČAJ, PEČIVO 2 KS, RAMA 20 g, ŠUNKA 50 g (1, 7) |
| | PŘESNÍDÁVKA | JOGURT OVOCNÝ (7) |
| | OBĚD | POLÉVKA: ZELENINOVÁ JEMNÁ (1, 3, 7, 9) |
| | | 1.: "D" VEPŘOVÉ RIZOTO SYPANÉ SÝREM, ČALAMÁDA (7) |
| | | 2.: VEPŘOVÁ ŽEBRA, BRAMBORY, KŘEN, HOŘČICE (1, 7, 10) |
| | SVAČINA | PEČIVO 1 KS, SÝR TAVENÝ (1, 7) |
| VEČEŘE | 1.: ZAPEČENÉ HOUBOVÉ FLÍČKY, KYSELÁ OKURKA (1, 3, 7) 2.: | |
| VEČEŘE II. | | |
| ÚTERÝ 6.11. | SNÍDANĚ | TEPLÉ MLÉKO, MAKOVKA 80 g (1, 3, 7) |
| | PŘESNÍDÁVKA | OVOCE |
| | OBĚD | POLÉVKA: BROKOLICOVÁ (1, 3, 7) |
| | | 1.: "D" KUŘECÍ PLÁTEK NA BYLINKÁCH, ŠTOUCHANÉ BRAMBORY (1, 7) |
| | | 2.: PIZZA SE ŠUNKOU A SÝREM (1, 3, 7) |
| | SVAČINA | OVOCNÁ PŘESNÍDÁVKA |
| VEČEŘE | 1.: "D" VLOČKOVÁ KAŠE, KOMPOT (1, 7) 2.: TĚSTOVINY A' LA DOMOV (1, 3) | |
| VEČEŘE II. | | |
| STŘEDA 7.11. | SNÍDANĚ | BÍLÁ KÁVA, PEČIVO 2 KS, RAMA 20 g, UZENÝ EIDAM 50 g (1, 7) |
| | PŘESNÍDÁVKA | JOGURT OVOCNÝ (7) |
| | OBĚD | POLÉVKA: DRŠŤKOVÁ (1) |
| | | 1.: "D" SUMEČEK AFRICKÝ, BRAMBOROVÁ KAŠE, ČERSTVÝ SALÁT (1, 4, 7) |
| | | 2.: BAVORSKÉ VDOLEČKY, KAKAO (1, 3, 7) |
| | SVAČINA | OVOCE |
| VEČEŘE | 1.: JÁTROVÁ POMAZÁNKA 120 g, CHLÉB 2 KS (1) 2.: "D" ŠUNKA 100 g, MÁSLA 20 g, CHLÉB 2 KS (1, 7) | |
| VEČEŘE II. | | |
| ČTVRTEK 8.11. | SNÍDANĚ | BÍLÁ KÁVA, CHLÉB 2 KS, LUČINA 62,5 g (1, 7) |
| | PŘESNÍDÁVKA | OVOCE |
| | OBĚD | POLÉVKA: KRUPKOVÁ S MEDVĚDÍM ČESNEKEM (1, 9) |
| | | 1.: KATŮV ŠLEH, RÝŽE/BRAMBORY (1) |
| | | 2.: "D" KUŘECÍ ZÁVITEK, RÝŽE/BRAMBORY (1, 3, 7) |
| | SVAČINA | KÁVA, DOMÁCÍ MOUČNÍK (1, 3, 7) |
| VEČEŘE | 1.: "D" BRAMBORY S TVAROHEM, PODMÁSLÍ (7) 2.: CHLÉB SE SÁDLEM A CIBULÍ (1) | |
| VEČEŘE II. | | |

| | | |
|---|--------------------|---|
| PÁTEK 9.11. | SNÍDANĚ | ČAJ, MÍCHANÁ VAJÍČKA, CHLÉB 2 KS (1, 3) |
| | PŘESNÍDÁVKA | OVOCE |
| | OBĚD | POLÉVKA: HOVĚZÍ VÝVAR S MASEM A STROUHÁNÍM (1, 3, 9) |
| | | 1.: "D" DUŠENÝ KARBANÁTEK, BRAMBORY (1, 3, 7) |
| | | 2.: KYNUTÉ KNEDLÍKY PLNĚNÉ JABLKY SYPANÉ SKOŘICÍ (1, 3, 7) |
| | SVAČINA | JOGURT OVOCNÝ (7) |
| | VEČEŘE | 1.: BRAMBOROVÝ GULÁŠ, CHLÉB 2 KS (1, 7) |
| 2.: | | |
| VEČEŘE II. | | |
| SOBOTA 10.11. | SNÍDANĚ | BÍLÁ KÁVA, KARLOVARSKÝ ROHLÍK, MÁSLA 20 g (1, 7) |
| | PŘESNÍDÁVKA | DŽUS |
| | OBĚD | POLÉVKA: KRUPICOVÁ S VEJCI (1, 3, 9) |
| | | 1.: TĚSTOVINY S MÁKEM (1, 3, 7) |
| | | 2.: KAŠE Z ČERVENÉ ČOČKY, PÁREK 1 KS, RAJČE 1/2 KS (1, 7) |
| | SVAČINA | OVOCE |
| | VEČEŘE | 1.: "D" SÝR ZÁLESÁK 125 g, CHLÉB 2 KS (1, 7) |
| 2.: ZAVINÁČE, CHLÉB 2 KS (1, 4) | | |
| VEČEŘE II. | | |
| NEDĚLE 11.11. | SNÍDANĚ | KAKAO, KOLÁČE 2 KS (1, 3, 7) |
| | PŘESNÍDÁVKA | OVOCE |
| | OBĚD | POLÉVKA: HOVĚZÍ VÝVAR S MASEM A KUSKUSEM (1, 9) |
| | | 1.: KUŘE NA PAPRICE, HOUSKOVÝ KNEDLÍK (1, 3, 7) |
| | | 2.: "D" VEPŘOVÁ PLEC NA SMETANĚ, HOUSKOVÝ KNEDLÍK (1, 3, 7) |
| | SVAČINA | SUŠENKA (1, 3, 7) |
| | VEČEŘE | 1.: SALÁMOVÁ POMAZÁNKA 120 g, PEČIVO 2 KS (1, 7) |
| 2.: SÝR COTTAGE 150 g, PEČIVO 2 KS (1, 7) | | |
| 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.

"D" DIETNÍ ÚPRAVA