

Dieta č. 3 racionální

PONDĚLÍ 9.4.	SNÍDANĚ	BÍLÁ KÁVA, CHLÉB 2 KS, LUČINA 62,5 g (1, 7)
	PŘESNÍDÁVKA	OVOCE
	OBĚD	POLÉVKA: KRUPICOVÁ S VEJCI (1, 3)
		1.: VEPŘOVÉ V MRKVI, BRAMBORY (1, 7)
		2.: ČOČKA NA KYSELO, SÁZENÉ VEJCE, ČALAMÁDA (1)
	SVAČINA	CELOZRNNÉ PEČIVO 1 KS, MÁSLA 10 g (1, 7, 11)
	VEČEŘE	1.: BULGUR SE ZELENINOU A KRŮTÍM MASEM, KOMPOT (1, 7)
2.: VLOČKOVÁ KAŠE, KOMPOT (1, 7)		
VEČEŘE II.		
ÚTERÝ 10.4.	SNÍDANĚ	BÍLÁ KÁVA, PEČIVO 2 KS, MÁSLA 20 g, EIDAM 50 g (1, 7)
	PŘESNÍDÁVKA	JOGURT OVOCNÝ (7)
	OBĚD	POLÉVKA: GULÁŠOVÁ (1, 7)
		1.: BAVORSKÉ VDOLEČKY, ČAJ (1, 3, 7)
		2.: KUŘECÍ ZÁVITEK, RÝŽE/BRAMBORY (1, 3)
	SVAČINA	OVOCE
	VEČEŘE	1.: TĚSTOVINY PO MILÁNSKU (1, 3, 7)
2.:		
VEČEŘE II.		
STŘEDA 11.4.	SNÍDANĚ	ČAJ, CHLÉB 2 KS, PÁREK, KEČUP, HOŘČICE (1, 10)
	PŘESNÍDÁVKA	OVOCE
	OBĚD	POLÉVKA: UZENÝ VÝVAR S RÝŽÍ (9)
		1.: KOPROVÁ OMÁČKA, HOVĚZÍ MASO, HOUSKOVÝ KNEDLÍK (1, 3, 7)
		2.: CMUNDA PO KAPLICKU (1, 3, 7)
	SVAČINA	DŽUS
	VEČEŘE	1.: JÁTROVKA 100 g, CHLÉB 2 KS, PAPRIKA 1/2 KS (1)
2.: ŠUNKOVÝ SALÁM 100 g, RAMA 20 g, CHLÉB 2 KS, PAPRIKA 1/2 KS (1)		
VEČEŘE II.		
ČTVRTEK 12.4.	SNÍDANĚ	KAKAO, PEČIVO 2 KS, MÁSLA 20 g, DŽEM PORCE (1, 7)
	PŘESNÍDÁVKA	JOGURT BÍLÝ (7)
	OBĚD	POLÉVKA: TOSKÁNSKÁ S BYLINKAMI (1, 7)
		1.: KAPUSTOVÝ KARBANÁTEK, BRAMBOROVÁ KAŠE/BRAMBORY, KYSELÁ
		2.: "D" KUŘECÍ PLNĚNÝ ŘÍZEK, BRAMBOROVÁ KAŠE/BRAMBORY, OBLOH
	SVAČINA	KÁVA, DOMÁCÍ MOUČNÍK (1, 3, 7)
	VEČEŘE	1.: TAŠTIČKY SE ŠPENÁTEM (1, 3, 7)
2.: ZAPEČENÝ KVĚTÁK S RAJČATY A SÝREM, BRAMBORY (1, 3, 7)		
VEČEŘE II.		

PÁTEK 13.4.	SNÍDANĚ	BÍLÁ KÁVA, CHLÉB 2 KS, TAVENÝ SÝR 50 g (1, 7)
	PŘESNÍDÁVKA	OVOCE
	OBĚD	POLÉVKA: VLOČKOVÁ (1, 3, 9)
		1.: VEPŘOVÁ ČÍNA, RÝŽE/BRAMBORY (1, 7)
		2.: "D" MEXICKÝ GULÁŠ, RÝŽE/BRAMBORY (1, 3, 7)
	SVAČINA	JOGURT OVOCNÝ (7)
	VEČEŘE	1.: "D" HOVĚZÍ VÝVAR S JÁTROVOU RÝŽÍ, PEČIVO 2 KS (1, 9)
2.: VAJEČNÁ OMELETA, CHLÉB 2 KS (1, 3)		
VEČEŘE II.		
SOBOTA 14.4.	SNÍDANĚ	ČAJ, CHLÉB 2 KS, MÁSLA 20 g, ŠUNKA 50 g (1, 7)
	PŘESNÍDÁVKA	OVOCE
	OBĚD	POLÉVKA: HRACHOVÁ (1)
		1.: ZAPEČENÁ TRESKA SE SÝREM, BRAMBORY, ČERSTVÝ SALÁT (4, 7)
		2.: RIZOTO S HOVĚZÍM MASEM SYPANÉ SÝREM, ČERSTVÝ SALÁT (7)
	SVAČINA	SUŠENKA (1, 3, 7, 8)
	VEČEŘE	1.: ŠKVARKOVÁ POMAZÁNKA 120 g CHLÉB 2 KS (1, 7)
2.: "D" TVARHOVÝ SÝR COTTAGE 150 g, CHLÉB 2 KS (1, 7)		
VEČEŘE II.		
NEDĚLE 15.4.	SNÍDANĚ	KAKAO, BÁBOVKA (1, 3, 7)
	PŘESNÍDÁVKA	DŽUS
	OBĚD	POLÉVKA: HOVĚZÍ VÝVAR S MASEM A KAPÁNÍM (1, 3, 9)
		1.: VEPŘOVÉ NA PAPRICE, HOUSKOVÝ KNEDLÍK/TĚSTOVINY (1, 3, 7)
		2.: "D" KUŘE NA SMETANĚ, HOUSKOVÝ KNEDLÍK/TĚSTOVINY (1, 3, 7)
	SVAČINA	OVOCNÉ PYRÉ
	VEČEŘE	1.: "D" ŽERVÉ 100 g, CHLÉB 2 KS (1, 7)
2.: ZAVINÁČE, CHLÉB 2 KS (1, 4)		
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