***PRO DIETU: 3 – RACIONÁLNÍ, 9- DIABETICKOU, 2 - ŠETŘÍCÍ, 9 S – DIABETICKOU ŠETŘÍCÍ***

|  | **Snídaně** | **Oběd** | | **Večeře** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **po**  **10.2.** | **3, 9**  CHLÉB ŽITNÝ - 150 g (1a, 1d, 3, 7, 12), POM. TVAROHOVÁ (7, 12), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9S**  ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), POM. TVAROHOVÁ (7), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  ***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA /9+9S – DIA (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. Z FAZOL.LUSKU NAKYSELO (1a, 7, 9, 12),*** ŠPECLE SE ZELÍM A UZENÝM (STRAPACKY) (1a, 3, 7, 12)  **2, 9s**  ***POL. Z FAZOL.LUSKU NAKYSELO (1a, 7, 12),*** ŠPECLE SE SÝREM A ŠUNKOU (1a, 3, 7, 12), RAJČATA | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. Z FAZOL.LUSKU NAKYSELO (1a, 7, 9, 12),*** RÝŽOVÁ KAŠE S OVOCEM (7, 12), OVOCE | **3, 9**  VEKA (1a, 3, 7), RUSKÉ VEJCE 1 KS (3)  **2, 9S**  VEKA (1a, 3, 7), SÝR APETITO 100g, ČÍNSKÉ ZELÍ-PŘÍZDOBA (12)  ***SVAČINA: OVOCE*** |
| **út**  **11.2.**  **STUDENÁ VEČEŘE!** | **3,2**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g/**2-HOUSKY 2 KS** (1a, 3, 7, 12), SÝR TROJUHELNÍČEK 4 KS (7), DŽEM PORCOVANÝ 20g - 1 ks (12), MÁSLO PORCOVANÉ - 1 KS (7), BIKAVA, NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **9,9S**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g/**9S-HOUSKY 2 KS** (1a, 3, 7, 12), SÝR TROJUHELNÍČEK 4 KS (7), DŽEM DIA PORCOVANÝ 20 g - 1 ks (12), MÁSLO PORCOVANÉ - 1 KS (7), CARO S MLÉKEM (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI**  ***POL. BRAMBORAČKA (1a, 9, 12),*** RIZOTO KUŘECÍ 2 (7, 9,12), RAJČATA | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. BRAMBORAČKA (1a, 9, 12)***, TRENČIANSKÉ FAZOLE S PÁRKEM (1a, 7, 9,12), CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12) | **3, 2, 9, -9S**  OBLOŽENÉ CHLEBÍČKY - 3 ks (1a, 3, 6, 12)  ***SVAČINA: CEEESCAKE (7) /9+9S – OVOCNÉ PYRÉ MERUNKA S PIŠKOTY DIA (1a, 3, 7)*** |
| **st**  **12.2.** | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POM. RYBÍ S TOMATEM (4, 7), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9S**  ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), POM. RYBÍ S TOMATEM (4, 7), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) ***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA /9+9S – DIA (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI**  ***POL. HOVĚZÍ VÝVAR S NUDL.Z masa (1a, 3, 7, 9, 12),*** HOVĚZÍ SVÍČKOVÁ NA SMETANĚ (1a, 7, 9, 12), KNEDLÍK HOUSKOVÝ (1a, 3, 7, 12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. HOVĚZÍ VÝVAR S NUDL.Z masa (1a, 3, 7, 9, 12),*** BRAMBORY SE SLANINOU A CIBULKOU (12), KYŠKA 400ML (7) | **3,9**  VEKA GRAHAMOVA, POMAZÁNKOVÉ MÁSLO 1 KS (7), SCHERRY  **2, 9S**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POMAZÁNKOVÉ MÁSLO 1 KS (7), SCHERRY  ***SVAČINA: JOGURT /9+9S – DIA (3, 5, 6, 7, 8b, 8c, 12)*** |
| **čt**  **13.2.**  **STUDENÁVEČEŘE!** | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), PÁRKY VÍDEŇSKÉ - 120 g, HOŘČICE - 20 g (10, 12), KŘEN, NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9s**  HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), PÁRKY VÍDEŇSKÉ - 120 g, KEČUP - 1 ks 20g (12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI**  ***POL. VLOČKOVÁ (1c, 7, 9, 12),*** KUŘECÍ ROLÁDA – DĚLANÁ (1a, 3, 7, 12), BRAMBORY VAŘENÉ S PAŽITKOU (12), KOMPOT MÍCHANÝ /***9+9S- DIA*** (12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. VLOČKOVÁ (1c, 7, 9, 12),*** KYNUTÉ KNEDLÍKY S OVOCEM (1, 3, 7, 12), OVOCE | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), SÝR GOUDA PLÁTKY 100G, MÁSLO - 30 g (7), PAŽITKA-PŘÍZDOBA  **2,9s**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), SÝR GOUDA PLÁTKY 100G, MÁSLO - 30 g (7), PAŽITKA-PŘÍZDOBA  ***SVAČINA: OVOCE*** |
| **pá**  **14.2.**  **SVÁTEK ZAMILOVANÝCH!** | **3, 9**  CHLÉB ŽITNÝ - 150 g (1a, 1d, 3, 7, 12), ŠUNKA - 75 g (12), MÁSLO - 30 g (7), RAJČATA - 100 g, KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9S**  ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), ŠUNKA - 75 g (12), MÁSLO - 30 g (7), RAJČATA - 100 g, KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  ***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA /9+9S – DIA (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. ZELNAČKA S KLOBÁSKOU (1, 1a, 6, 9, 12),*** KRUPICOVÁ KAŠE S KAKAEM/**9- DIA** (1a, 7), OVOCE  **2, 9s**  ***POL. ZELNAČKA SE SALÁMEM DIETNÍ (1a, 12),*** KRUPICOVÁ KAŠE S KAKAEM/**9S- DIA** (1a, 7), OVOCE | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. ZELNAČKA S KLOBÁSKOU (1, 1a, 6, 9, 12),*** ČÍNA-kuřecí, VLNKY (12), TATARSKÁ OMÁČKA - 1 ks 30 g (3, 7) | **3, 9**  VEKA GRAHAMOVA, TUŇÁK SE ZELENINOU 1 KS (4, 9), MÁSLO PORCOVANÉ - 1 KS (7)  **2, 9S**  VEKA (1a, 3, 7), TUŇÁK SE ZELENINOU 1 KS (4, 9), MÁSLO PORCOVANÉ - 1 KS (7), ***SVAČINA: OVOFIT (7, 12)*** |
| **so**  **15.2.** | **3,9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POM. SÝROVÁ PAŽITKOU (7), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9S**  ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), POM. SÝROVÁ PAŽITKOU (7), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELOD. (12) | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI**  ***POL. HRSTKOVÁ (1a, 9, 12),*** KRUTÍ MASO PROTÝKANÉ (1a, 9, 12), RÝŽE JASMÍNOVÁ, SALÁT RAJČATOVÝ | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. HRSTKOVÁ (1a, 9, 12),*** HALUŠKY S BRYNZOU (1a, 3, 7, 12) | **3,9**  VEKA (1a, 3, 7), SALÁT VLAŠSKÝ 1 KS (1,3,6,7,9,12)  **2,9S**  VEKA (1a, 3, 7), LUČINA - vanička 1 KS (7), ČÍNSKÉ ZELÍ-PŘÍZDOBA  ***SVAČINA: PERNÍK - 1 kus/9+9S-DIA (1a, 3, 7)*** |
| **ne**  **16.2.** | **3, 2**  KOBLIHA - 2 ks (1a, 3, 7, 12), GRANKO (7), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **9, 9s**  ZÁVIN DIA (1a, 3, 7), KAKAO DIA (7), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. DRŮBEŽÍ VÝVAR SE SMAŽ.HRÁŠKEM Z masa (9, 12),*** VEPŘ.PANENKA S VIP. ZELENINOU 2 (7, 9, 12), MRKVOVÉ PYRÉ (7, 12)  **2, 9s**  ***POL. DRŮBEŽÍ VÝVAR S NUDL.Z masa (1a, 3, 7, 9),*** VEPŘ.PANENKA S VIP. ZELENINOU 2 (7, 9, 12), MRKVOVÉ PYRÉ (7, 12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. DRŮBEŽÍ VÝVAR SE SMAŽ.HRÁŠKEM Z masa (9, 12),*** GNOCHY S POVIDLOVOU OMÁČKOU A MÁKEM (1a, 3, 7, 12), OVOCE | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), DEBRECÍNKA 100 g (12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), SCHERRY  **2, 9S**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), ŠUNKA PRAŽSKÁ - 100 g (12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), SCHERRY ***SVAČINA: JOGURT/9+9S- DIA (3, 5, 6, 7, 8b, 8c, 12)*** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **PITNÝ RÉŽIM JE ZAJIŠTĚNÝ V JÍDELNĚ FORMOU VÝBĚRU ZE SEDMI DRUHŮ NÁPOJŮ + AUTOMAT NA DŽUSY A NA PATRECH ZE ŠESTI DRUHŮ.**  **Varianta 2+3 se nevaří v šetřící, diabetické úpravě, proto není vhodná pro diety 2, 9, 9s, G.**  **SVAČINA odpolední je započtena v ceně večeře.** **Při odhlášení večeří jsou zároveň odhlášeny svačiny. PŘESNÍDÁVKA dopolední je započtena v ceně snídaní.** **Při odhlášení snídaní jsou zároveň odhlášeny přesnídávky.**  **Dieta č. 9+9s se připravuje v DIA FORMĚ, BEZ CUKRU, pouze s umělými sladidly anebo v přírodní formě a s povolených druhů potravin pro tuto dietu!**  ***Nutriční hodnoty*** *jsou k dispozici k nahlédnutí u nutriční terapeutky a vedoucí strav provozu v zařízení.*  ***Alergeny*** *jsou součástí jídelního lístku, značí se čísly za pokrmy a potravinami.* ***Seznam alergenů*** *je vyvěšen vedle jídelního lístku.* ***Alergeny*** *v potravinách a pokrmech získáte i na vyžádání u vedoucí strav. provozu a nutriční terapeutky. Dále informuji- \*Koření, dochucovadla a jiné pokrmy mají alergeny vyznačené, ale výrobce informuje o tom, že výrobky mohou mít stopy alergenů číslo– 1,3,6,7,9,10.*  ***Velikost potravin a pokrmů*** *je uvedena vedle jídelního lístku na* ***formuláři – DÁVKY POTRAVIN A MNOŽSTVÍ PODÁVANÉ STRAVY.*** *Pokud je množství jiné je vyznačené na jídelním lístku.*  *Přesné složení hlavních pokrmů je uvedeno* ***v brožurce – SLOŽENÍ RECEPTUR, VYSVĚTLENÍ CÍZÍCH POTRAVIN A POKRMŮ*** *vedle jídelního lístku.*  ***Změna jídelního lístku vyhrazena!*** | | |
| Vypracovala nutriční terapeutka a vedoucí stravovacího provozu: Škutová Naděžda | Provozně zhodnotil:  Škutová Naděžda a Eva Kissová |