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

|  | **Snídaně** | **Oběd** | **Večeře** |
| --- | --- | --- | --- |
| **po****10.3.** | **3, 9**CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), POM. RYBÍ S TOMATEM (4, 7), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)**2, 9s**VEKA (1a, 3, 7), POM. RYBÍ S TOMATEM (4, 7), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12), ***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA /9+9S – DIA (12)*** | **3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI*****POL. ZELENINOVÁ Z MRAŽ.ZEL. (1a, 7, 9, 12),*** VOLSKÉ OKO (3), ŠPENÁT DUŠENÝ (1a, 3, 12), BRAMBORY VAŘENÉ (12) | ***VARIANTA ČÍSLO 2*** ***Milí klienti a strávníci.*** ***Velice se vám omlouváme, ale z provozních důvodů nebudeme vařit dvě varianty jídel.******Věříme, že nás omluvíte a situaci pochopíte.*** ***Děkujeme !!!*** | **3, 9**CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), SÝR LUČINA 100g -1ks (7), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), PAŽITKA-PŘÍZDOBA**2, 9S**CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), SÝR LUČINA 100g - 1ks (7), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), PAŽITKA-PŘÍZDOBA***SVAČINA: OVOCE*** |
| **út****11.3.****STUDENÁ VEČEŘE:** | **3, 9**CHLÉB ŽITNÝ - 150 g (1a, 1d, 3, 7, 12), KRAJ. POLIČAN - 75g (12), MÁSLO PORCOVANÉ - 1 KS (7), ČÍNSKÉ ZELÍ-PŘÍZDOBA (12), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)**2, 9s**HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), ŠUNKA - 75 g (12), MÁSLO PORCOVANÉ - 1 KS (7), ČÍNSKÉ ZELÍ-PŘÍZDOBA (12), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **3, 9, ZAM, CIZI*****POL. KOPROVÁ (1a, 3, 7, 9, 12),*** VEPŘOVÁ KRKOVICE PEČENÁ 150g (1a, 9,12), BRAMBOROVÁ KAŠE S PAŽITKOU (7, 12), SALÁT OKURKOVÝ **2, 9s*****POL. KOPROVÁ (1a, 3, 7,9, 12),*** VEPŘOVÁ KRKOVICE PEČENÁ 150g (1a,9), BRAMBOROVÁ KAŠE S PAŽITKOU (7, 12), SALÁT HLÁVKOVÝ (12) |  | **3, 9**VEKA GRAHAMOVA, SALÁT RYBÍ S JOGURTEM – 1ks (4, 9, 7)**2, 9S**VEKA (1a, 3, 7), SÝR VÁLEČEK SMETANOVÝ 1 KS (7,12), MRKEV-PŘÍZDDOBA***SVAČINA: Pudink DĚLANÝ S PIŠKOTY – svačina/9+9S-DIA (1a, 3, 6, 7)*** |
| **st****12.3.** | **3,9**CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POM. CELEROVÁ (7, 9, 12), CARO S MLÉKEM (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12), **2, 9S**ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), POM. CELEROVÁ (7, 9, 12), CARO S MLÉKEM (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)***PŘESNÍDÁVKA: JGURT PROTEIN /9+9S – DIA (3,5,6,7,8,12)*** | **3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI*****POL.RÝŽOVÁ NOVÁ (7, 9, 12),*** VEPŘOVÁ KÝTA HAMBURSKÁ (1a, 7, 9, 10, 12), KNEDLÍK (1a, 3, 7, 12) |  | **3, 9**CHLÉB ŽITNÝ - 150 g (1a, 1d, 3, 7, 12), UZENÝ SÝR - 100 g (7), RAMA - 30 g (7), SCHERRY**2, 9S**VEKA (1a, 3, 7), SÝR GOUDA PLÁTKY 100G, RAMA - 30 g (7), SCHERRY***SVAČINA: OVOCE*** |
| **čt****13.3.****STUDENÁ VEČEŘE:** | **3, 9**GRAHAMOVÉ ROHLÍKY 2 KS (1a, 3, 7, 12), JÁTROVKA 100 g (12), PAŽITKA-PŘÍZDOBA, CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)**2, 9s**HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), PAŠTIKA DRŮBEŽÍ - 1 kus (12), PAŽITKA-PŘÍZDOBA, CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI*****POL. PÓRKOVÁ S VEJCEM (1a, 3, 9, 12)***, KUŘE NA ŠPANELSKÝ ZPŮSOB (1a, 7, 9,12), RÝŽE DUŠENÁ, Salát mrkvový s ananasem |  | **3, 9**CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), POM. BULHARSKÁ 1KS (7,9,10,12)**2, 9S**OBLOŽENÉ CHLEBÍČKY ŠUNKOVÉ NA MÁSLE- 3 ks (1a, 3, 6,7, 12)***SVAČINA: OVOCE*** |
| **pá****14.3.** | **3, 9**CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), VEJCE NA TVRDO - 2 ks (3), MÁSLO - 30 g (7), SCHERRY, BÍLÁ KÁVA (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12), **2, 9s**VEKA (1a, 3, 7), VEJCE NA TVRDO - 2 ks (3), MÁSLO - 30 g (7), SCHERRY, BÍLÁ KÁVA (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)***PŘESNÍDÁVKA: VITAMINÁTOR 1 KS***  | **Varianta 1 (Varianta 1)****3, 9, ZAM, CIZI*****POL. FAZOLOVÁ S KLOBÁSKOU (1, 1a, 6, 9, 12),*** PALAČINKY S TVAROHEM ZAPEČENÉ/**9- DIA** (1, 3, 7, 12)**2, 9s*****POL. Z FAZOL.LUSKU NAKYSELO (1a, 7, 12),*** PALAČINKY S TVAROHEM ZAPEČENÉ/**9S- DIA** (1, 3, 7, 12) | **Varianta 2 (Varianta 2)****3, ZAM, CIZI*****POL. FAZOLOVÁ S KLOBÁSKOU (1, 1a, 6, 9, 12),*** VEPŘ. STEAK 150g (9, 12), AMERICKÉ BRAMBORY (12), OBLOHA 2 čerstvá (12), TATARSKÁ OMÁČKA - 1 ks 30 g (3, 7) | **3, 9**VEKA GRAHAMOVA, ŠUNKA AMÁLKA - 100 g (12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), PAPRIKA**2, 9S**CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), ŠUNKA AMÁLKA - 100 g (12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), RAJČATA ***SVAČINA: OVOCE*** |
| **so****15.3.** | **3, 9**CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), SÝR DUKO 1 KS (7), MÁSLO - 30 g (7), PAŽITKA-PŘÍZDOBA, CARO S MLÉKEM (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)**2, 9s**ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), SÝR DUKO 1 KS (7), MÁSLO - 30 g (7), PAŽITKA-PŘÍZDOBA, CARO S MLÉKEM (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI*****POL. SÝROVÁ S KAPÁNÍM (1a, 3, 7, 9, 12),*** TĚSTOVINY S KUŘECÍM MASEM A ŠPENÁTEM zapékané (1a, 3, 7, 9, 12) |  | **3, 9**VEKA (1a, 3, 7), ASPIKOVÁ KVĚTINKA 1 KS (3, 6, 7,9, 10,12)**2, 9S**VEKA (1a, 3, 7), LUČINA – vanička 1 KS (7), ČÍNSKÉ ZELÍ-PŘÍZDOBA (12)***SVAČINA: OVOFIT (7, 12)*** |
| **ne****16.3.** | **3, 2**CROISSANT - 2 ks (1a, 3, 7, 12), DŽEM PORCOVANÝ 20g - 1 ks (12), MÁSLO PORCOVANÉ - 1 KS (7), KAKAO (7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)**9, 9s**CROISSANT - 2 ks (1a, 3, 7, 12), DŽEM DIA PORCOVANÝ 20 g - 1 ks (12), MÁSLO PORCOVANÉ - 1 KS (7), KAKAO DIA (7), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **3, 9, ZAM, CIZI*****POL. SLEPIČÍ S MUŠLIČKAMI-SLEPICE (1a, 3, 9, 12),*** VEPŘOVÁ KRKOVICE PEČENÁ (1a,9, 12), ZELÍ HLÁVKOVÉ ČERVENÉ (1a, 12), KNEDLÍK HOUSKOVÝ (1a, 3, 7, 12)**2, 9s*****POL. SLEPIČÍ S MUŠLIČKAMI-SLEPICE (1a, 3, 9),*** VEPŘOVÁ KRKOVICE DUŠENÁ1a,9, 12), ZELÍ CINSKE DUŠENÉ (1a, 9,12), KNEDLÍK HOUSKOVÝ (1a, 3, 7, 12) |  | **3, 9**CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), TVARŮŽKY 100G, MÁSLO - 30 g (7), CIBULE - PŘÍZDOBA**2,9S**VEKA (1a, 3, 7), KRAJ. SALÁM JUNIOR - 100g (12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), MRKEV-PŘÍZDDOBA***SVAČINA: PUDINK - 1 ks/9+9S – DIA (7,12)*** |

|  |
| --- |
| **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    |