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

|  | **Snídaně** | **Oběd** | | | **Večeře** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **po**  **14.7.** | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), SÝR VÁLEČEK LIPNO, PAŽITKA-PŘÍZDOBA, KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9s**  ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), SÝR VÁLEČEK LIPNO, PAŽITKA-PŘÍZDOBA, KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12), ***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA - 1 Ks /9+9s-dia (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. PÓRKOVÁ (1a, 3, 9, 12),*** KRUTÍ MASO PEČENÉ 150g(1a, 7,9,), RÝŽE DUŠENÁ, SALÁT Z ČERVENÉHO ZELÍ 2 (12)  **2, 9s**  ***POL. PÓRKOVÁ (1a, 3, 12),*** KRUTÍ MASO PEČENÉ 150g (1a, 7,9), RÝŽE DUŠENÁ, SALÁT Z ČÍNSKÉHO ZELÍ A KOPRU (12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. PÓRKOVÁ (1a, 3, 9, 12),*** VEPŘ. KRKOVICE pečená 150g (9, 12), AMERICKÉ BRAMBORY (12), OBLOHA /čerstvá zelenina/, TATARSKÁ OMÁČKA - 1 ks 30 g (3, 7) |  | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), VEJCE NA TVRDO - 2 ks (3), MÁSLO - 30 g (7), SCHERRY  **2, 9S**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), VEJCE NA TVRDO - 2 ks (3), MÁSLO - 30 g (7), SCHERRY  ***SVAČINA: MLÉČNÝ DEZERT / 9+9S-DIA (6,7,8, 12)*** |
| **út**  **15.7.** | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 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 - 1 Ks /9+9s-dia (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. ČOČKOVÁ S UZENÝM (1a, 9, 12),*** KUŘECÍ ŘÍZEK V SÝROVÉM TĚSTÍČKU - 150 g (1a, 3, 7), BRAMBOROVÁ KAŠE (7, 12), SALÁT MRKVOVÝ S JABLKY (12)  **2, 9s**  ***POL. ZELENINOVÁ S JÁHLY (1a, 3, 7, 9, 12),*** KUŘECÍ PLÁTEK 150g (1,9) BRAMBOROVÁ KAŠE (7, 12), SAL. MRKVOVÝ S JABLKY (12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. ČOČKOVÁ S UZENÝM (1a, 9, 12),*** GULÁŠ JELENÍ (1a,9, 12), CHLÉB - 120 g (1a, 3, 12) | **Varianta 3**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. ČOČKOVÁ S UZENÝM (1a, 9, 12),*** SALÁT S KUSKUSEM, ZELENINOU A TUŇÁKEM, BAL.SÝR (1a, 4, 12) | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), LUČINA – 1 KS (7), PAŽITKA  **2, 9S**  VEKA (1a, 3, 7), LUČINA – 1KS (7), PAŽITKA-PŘÍZDOBA  ***SVAČINA: OVOCE*** |
| **st**  **16.7.** | **3, 9**  ROHLÍK GRAHAMOVÝ - 2 ks (1a, 3, 7), SNÍDANOVÝ TALÍŘ 2 (7, 12), CARO S MLÉKEM (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9S**  ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), SNÍDANOVÝ TALÍŘ 2 (7, 12), CARO S MLÉKEM (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) ***PŘESNÍDÁVKA: JOGURT/9+9S – DIA (3, 5, 6, 7, 8b, 8c, 12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. ČESNEKOVÁ S VEJCEM (3, 9, 12),*** VEPŘOVÁ KRKOVICE PEČENÁ 100G (1a, 12), KEDLUB. ZELÍ (1a,9), BRAMBORY VAŘENÉ (12)  **2, 9s**  ***POL. KMÍNOVÁ S VEJCEM (1a, 3, 9, 12),*** VEPŘOVÁ KRKOVICE PEČENÁ 100G (1a, 12), KEDL. ZELÍ (1a,9), BRAMBORY VAŘENÉ (12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. ČESNEKOVÁ S VEJCEM (3, 9, 12),*** HALUŠKY S BRYNZOU (1a, 3, 7, 12) |  | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), SEKANÁ PEČENĚ – 150g, HOŘČICE - 20 g (10, 12), OKURKA ČERSTVÁ  **2, 9s**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), SEKANÁ PEČENĚ DIETNÍ – 150g, RAJČATA  ***SVAČINA: OVOCNÉ PYRÉ / JAHODA S PIŠKOTY /9+9S – DIA (1a, 3, 7)*** |
| **čt**  **17.7.** | **3,9**  CHLÉB ŽITNÝ - 150 g (1a, 1d, 3, 7, 12), POM. TVAROH. S TAV.SÝR. A PAŽ. (7), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9s**  HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), POM. TVAROH. S TAV.SÝR. A PAŽ. (7), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) ***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA - 1 Ks /9+9s-dia (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9,ZAM, CIZI**  ***POL. HOVĚZÍ VÝVAR S NUDL.Z masa (1a, 3, 7, 9, 12),*** HOVEZÍ PEČENĚ PRAŽSKÁ (1a, 3, 9,12), RÝŽE JASMÍNOVÁ, OKURKA STERILOVANÁ/**9- DIA** (12)  **2, 9s**  ***POL. HOVĚZÍ VÝVAR S NUDL.Z masa (1a, 3, 7, 9),*** HOVEZÍ PEČENĚ PRAŽSKÁ (1a, 3, 7, 9,12), RÝŽE JASMÍNOVÁ, RAJČATA | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. HOVĚZÍ VÝVAR S NUDL.Z masa (1a, 3, 7, 9, 12)***, PALAČINKY S DŽEMEM A SE ŠLEHAČKOU 3ks (1,3,7,8,6,12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. HOVĚZÍ VÝVAR S NUDL.Z masa (1a, 3, 7, 9, 12),*** SALÁT TĚSTOVINOVÝ SE SÝREM A ZELENINOU (1a, 3, 7, 12) | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), DEBRECÍNKA 100 g (12), FLORA 1KS (7,12), SCHERRY  **2, 9S**  VEKA (1a, 3, 7), KRAJ. ŠUNKA - 100 g (12), FLORA PORCOVANÁ 20 g–1 ks (12), MRKEV-PŘÍZDDOBA  ***SVAČINA: OVOCE – LETNÍ*** |
| **pá**  **18.7.** | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), POM. SALÁMOVÁ JEMNÁ (7, 12), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9S**  ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), POM. SALÁMOVÁ JEMNÁ (7, 12), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  ***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA - 1 Ks /9+9s-dia (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. GULÁŠOVÁ S HOV.MASEM, FAZOLEMI A KLOBÁSKOU (1, 1a, 6, 9, 12),*** NUDLE S MÁKEM/**9- DIA** (1a, 3, 7), OVOCE  **2, 9s**  ***POL. GULÁŠOVÁ (1a,9, 12),*** NUDLE S TVAROHEM/**9s- DIA** (1a, 3, 7), OVOCE | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. GULÁŠOVÁ S HOV.MASEM, FAZOLEMI A KLOBÁSKOU (1, 1a, 6, 9, 12),*** VEPŘOVÝ KOTLET NA ČESNEKU 150G (1a, 7, 9, 12), BRAMBORY GURMÁNSKÉ – VAŘENÉ (7), OBLOHA /čerstvá zelenina/ |  | **3, 9**  CHLÉB ŽITNÝ - 150 g (1a, 1d, 3, 7, 12), SÝR TAVENÝ 100G(7), MÁSLO PORCOVANÉ - 1 KS (7), PAŽITKA-PŘÍZDOBA  **2,9S**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), SÝR TAVENÝ 100G(7), MÁSLO PORCOVANÉ - 1 KS (7), PAŽITKA-PŘÍZDOBA  ***SVAČINA: OVOCE – LETNÍ*** |
| **so**  **19.7.** | **3,9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), SÝR ŽERVÉ 1 KS (7), MÁSLO - 30 g (7), PAPRIKA, KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9S**  VEKA (1a, 3, 7), SÝR ŽERVÉ 1 KS (7), MÁSLO - 30 g (7), ČÍNSKÉ ZELÍ-PŘÍZDOBA (12), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  ***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA - 1 Ks /9+9s-dia (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. BRAMBORAČKA SE ZELENINOU (1a, 9, 12),*** ŠPECLE SE SÝREM A ŠUNKOU (1a, 3, 7,9, 12), SALÁT OKURKOVÝ  **2, 9s**  ***POL. BRAMBORAČKA SE ZELENINOU (1a, 9, 12),*** ŠPECLE SE SÝREM A ŠUNKOU (1a, 3, 7,9, 12), SALÁT MRKVOVÝ (12) | **Varianta 2 (Varianta 2)**  **3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI**  ***POL. BRAMBORAČKA SE ZELENINOU (1a, 9, 12),*** SELSKÁ OMELETA (3, 7), BRAMBOROVÁ KAŠE (7, 12), SALÁT OKURKOVÝ |  | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), PAŠTIKA MANDLOVÁ - 1 kus / 100G(12), RAJČATA  **2, 9S**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), PAŠTIKA DRŮBEŽÍ - 1 kus /100G (12), RAJČATA  ***SVAČINA: OVOCE – LETNÍ*** |
| **ne**  **20.7.** | **3, 2**  CROISSANT S BÍLOU POLEVOU KS (1a, 3, 7, 12), KAKAO (7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **9, 9s**  LISTOVKA DIANKA DIA – 2ks TVAROH (1a, 3, 7), KAKAO DIA (7), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  ***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA - 1 Ks /9+9s-dia (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. DRŮBEŽÍ VÝVAR S FRID.NUDLEMI. Z masa (1, 3, 7, 9, 12),*** PEČENÉ KUŘE (7,9, 12), ZELÍ HLÁVKOVÉ ČERVENÉ (1a,9, 12), BRAMBORY VAŘENÉ (12)  **2, 9s**  ***POL. DRŮBEŽÍ VÝVAR S NUDL.Z masa (1a, 3, 7, 9),*** PEČENÉ KUŘE (1,7,9,), ZELÍ CINSKE DUŠENÉ (1a, 9,12), BRAMBORY VAŘENÉ (12) | **Varianta 2 (Varianta 2)**  **3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI**  ***POL. DRŮBEŽÍ VÝVAR S FRID.NUDLEMI. Z masa (1, 3, 7, 9, 12),*** GULÁŠ BRAMBOROVÝ SE SALÁMEM (1a, 12), CHLÉB ŠUMAVSKÝ - 120g (1a, 3, 12) |  | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POM. ČESNEKOVÁ 1KS (7)  **2, 9S**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), SÝR KROLEWSKI – 100G (7), MÁSLO - 30 g (7), ŘEDKEV BÍLÁ  ***SVAČINA: OPLATEK /9+9S-DIA (1, 3, 5, 6, 7, 8, 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 |