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

|  | **Snídaně** | **Oběd** | | **Večeře** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **po**  **2.12.** | **3,9**  ROHLÍK GRAHAMOVÝ - 2 ks (1a, 3, 7), POM. MRKVOVÁ (3, 7, 12), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2,9S**  ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), POM. MRKVOVÁ (3, 7, 12), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  ***PŘESNÍDÁVKA: JOGURT (3, 5, 6, 7, 8b, 8c, 12) / 9+9S PUDINK DIA - 1 ks (7)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***SANITÁRNÍ DEN,*** FRANCOUZSKÉ BRAMBORY (1a, 3, 7, 12), OKURKA STERILOVANÁ/**9- DIA** (12), DŽUS 100% - 1 ks, OPLATEK/**9-DIA** (1, 3, 5, 6, 7, 8, 12)  **2, 9S**  ***SANITÁRNÍ DEN***, FRANCOUZSKÉ BRAMBORY DIETNÍ (1a, 3, 7, 12), RAJČATA, DŽUS 100% - 1 ks, OPLATEK/**9S-DIA** (1, 3, 5, 6, 7, 8, 12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***DNES SE VARIANTA 2 NEVAŘÍ*** | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), SÝR TAVENÝ 100G, (7), RAMA - 30 g (7), POREK  **2, 9S**  VEKA (1a, 3, 7), SÝR TAVENÝ 100G (7), RAMA - 30 g (7), MRKEV  ***SVAČINA: OVOCE*** |
| **út**  **3.12.**  **Teplá večeře!** | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), SALÁM LOVECKÝ - 70 g (1, 6, 12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), PAŽITKA-PŘÍZDOBA, KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9s**  HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), ŠUNKA - 70 g (12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), PAŽITKA-PŘÍZDOBA, KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. CIZRNOVÁ (1a, 3, 7, 9, 12),*** SEKANÁ PEČENĚ (1a, 3, 7, 12), BRAMBOROVÁ KAŠE (7, 12), SALÁT MRKVOVÝ S JABLKY (12)  **2,9S**  ***POL. ZELENINOVÁ Z MRAŽ.ZELENINY(1a, 3, 7, 9, 12),*** SEKANÁ PEČENĚ (1a, 3, 7, 12), BRAMBOROVÁ KAŠE (7, 12), SALÁT MRKVOVÝ S JABLKY (12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. CIZRNOVÁ (1a, 3, 7, 9, 12),*** VEPŘ. - KATŮV ŠLEH (9, 12), BRAMBOROVÉ PLACIČKY – 3KS | **3, 2, 9, 9S**  RÝŽOVÁ KAŠE DĚLANÁ /**9+9S** DIA (7, 12)  ***SVAČINA: OVOCE*** |
| **st**  **4.12.** | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), POM. HERMELÍNOVÁ 2 (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, 2, 9s, ZAM, CIZI**  ***POL. DRŮBEŽÍ VÝVAR S BYL.KNEDLÍČKY. Z masa (1a, 3, 7, 9, 12),*** VEPŘOVÉ ZAMAGURSKÉ (1a, 7, 9, 12), KNEDLÍK (1a, 3, 7, 12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. DRŮBEŽÍ VÝVAR S BYL.KNEDLÍČKY. Z masa (1a, 3, 7, 9, 12),*** RYBÍ FILÉ PEČENÉ NA MÁSLE 150g (4, 7), MRKVOVÉ PYRÉ (7, 12), KOMPOT ŠVESTKOVÝ (12) | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), JÁTROVKA 150 g (12), MÁSLO PORCOVANÉ - 1 KS (7), CHERRY  **2, 9S**  VEKA (1a, 3, 7), PAŠTIKA DRŮBEŽÍ - 1 kus (12), MÁSLO PORCOVANÉ - 1 KS (7), CHERRY  ***SVAČINA: OVOCE*** |
| **čt**  **5.12.**  **MIKULÁŠSKÁ AKCE!** | **3, 2**  ČERT FIGURKA - 2 ks (1a, 3, 7), MÁSLO - 30 g (7), KAKAO (7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **9, 9s**  ČERT FIG.DIA - 2 KS (1a, 3, 7), MÁSLO - 30 g (7), KAKAO DIA (7), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. SLEPIČÍ S CELEST.NUDL. -SLEPICE (1, 3, 7, 9, 12),*** KUŘECÍ PLÁTEK 150G, BRAMBORY GURMÁNSKÉ (7), OBLOHA /čerstvá zelenina/, **BALÍČEK MIKULÁŠSKÝ /9-DIA (1a,3,5, 6,7,8,11,12)**  **2, 9S**  ***POL. SLEPIČÍ S PÍSMENKY-SLEPICE (1a, 3, 9),*** KUŘECÍ PLÁTEK 150G, BRAMBORY GURMÁNSKÉ (7), OBLOHA /čerstvá zelenina/, **BALÍČEK MIKULÁŠSKÝ/9S- DIA (1a, 3, 6,7)** | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. SLEPIČÍ S CELEST.NUDL. -SLEPICE (1, 3, 7, 9, 12)***, VEPŘOVÁ JÁTRA DUŠENÁ 150G (1a), RÝŽE DUŠENÁ, OKURKA STERILOVANÁ (12), **BALÍČEK MIKULÁŠSKÝ (1a, 3, 7)** | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), TVAROHOVÁ SVAČINKA - 1 ks (7)  **2, 9S**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), TVAROHOVÁ SVAČINKA - 1 ks (7)  ***SVAČINA: OVOCNÁ KRABIČKA*** |
| **pá**  **6.12.** | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 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 CELODENNÍ (12)  ***PŘESNÍDÁVKA: MLÉČNÝ DEZERT-SKÝR 1 KS (7, 12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. ZELNAČKA S KLOBÁSKOU (1, 1a, 6, 9, 12),*** BUBLANINA PIŠKOTOVÁ NAŠE/**9- DIA (**1a, 3, 12)  **2, 9s**  ***POL. ZELNAČKA SE SALÁMEM DIETNÍ (1a, 12),*** BUBLANINA PIŠKOTOVÁ NAŠE /**9S- DIA** (1a, 3, 12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. ZELNAČKA S KLOBÁSKOU (1, 1a, 6, 9, 12),*** ČÍNA-vepř.maso, HRANOLKY (12), TATARSKÁ OMÁČKA - 1 ks 30 g (3, 7) | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), TLAČENKA ŠUNKOVÁ DAVELSKÁ - 150 g, ČÍNSKÉ ZELÍ-PŘÍZDOBA (12)  **2, 9S**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), TLAČENKA DRŮBEŽÍ - 150 g, ČÍNSKÉ ZELÍ-PŘÍZDOBA (12)  ***SVAČINA: OVOCE*** |
| **so**  **7.12.** | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), PÁRKY VÍDEŇSKÉ - 120 g, HOŘČICE - 20 g (10, 12), HOŘČICE - 20 g-KREMŽSKÁ, KŘEN, NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9s**  ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), PÁRKY VÍDEŇSKÉ - 120 g, KEČUP - 1 ks 20g (12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. KOPROVÁ (1a, 3, 7, 9, 12),*** HOVĚZÍ PEČENĚ NA ŽAMPIONECH-čerstvé (1a), RÝŽE JASMÍNOVÁ, SALÁT OKURKOVÝ  **2, 9s**  ***POL. KOPROVÁ (1a, 3, 7, 12),*** HOVĚZÍ PEČ.NA ŽAMPIONECH-čer. (1a), RÝŽE JASMÍNOVÁ, KOM.SVESTKOVY DIA (12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. KOPROVÁ (1a, 3, 7, 9, 12),*** KUSKUS ZELENINOVÝ SE SÝREM (1a, 7), SALÁT OKURKOVÝ | **3,9**  VEKA GRAHAMOVA, TUŇÁK S VEJCI – 1KS (4, 7), MÁSLO PORCOVANÉ - 1 KS (7)  **2, 9S**  VEKA (1a, 3, 7), TUŇÁK S VEJCI – 1KS (4, 7), MÁSLO PORCOVANÉ - 1 KS (7) ***SVAČINA: OPLATEK /9+9S – DIA (1, 3, 5, 6, 7, 8, 12)*** |
| **ne**  **8.12.** | **3, 2**  CROISSANT S BÍLOU POLEVOU KS (1a, 3, 7, 12), GRANKO (7), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **9, 9s**  CROISSANT - 2 ks (1a, 3, 7, 12), DŽEM DIA PORCOVANÝ 20 g - 1 ks (12), KAKAO DIA (7), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. KRUPKOVÁ (1a, 1b, 3, 7, 9, 12),*** UZENÉ MASO VAŘENÉ - 150g, BRAMBOROVÁ KAŠE (7, 12), KOMPOT MÍCHANÝ/**9- DIA** (12)  **2, 9s**  ***POL. KRUPKOVÁ (1a, 1b, 7, 9, 12),*** KUŘECÍ PEČENĚ – 150G, BRAMBOROVÁ KAŠE (7, 12), KOMPOT MÍCHANÝ/**9S- DIA** (12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. KRUPKOVÁ (1a, 1b, 3, 7, 9, 12),*** VDOLKY BAVORKÉ – 3 KS (1a, 3, 7), OVOCE | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), ŠUNKA KRÁLOVSKÁ - 100 g, FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), PAŽITKA  **2, 9S**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), ŠUNKA KRÁLOVSKÁ - 100 g, FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), PAŽITKA  ***SVAČINA: VITAMINATOR 1 KS*** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **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 ani mleté 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 |