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

|  | **Snídaně** | **Oběd** | | | **Večeře** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Po**  **2.6.** | **3, 9**  ROHLÍK GRAHAMOVÝ - 2 ks (1a, 3, 7), SALÁM HERKULES - 70 g (12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), ČÍNSKÉ ZELÍ-PŘÍZDOBA (12), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9s**  ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), ŠUNKA KUŘECÍ - 70 g (12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), ČÍNSKÉ ZELÍ-PŘÍZDOBA (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. BRAMBORAČKA (1a, 9, 12),*** ČOČKA NA KYSELO (1a,9), VEJCE NA TVRDO - 1 kus (3), CHLÉB - 120 g (1a, 3, 12), OKURKA STERILOVANÁ/**9- DIA** (12)  **2, 9s**  ***POL. BRAMBORAČKA (1a, 9, 12),*** HOVĚZÍ MASO VAŘENÉ, OMÁČKA SMETANOVÁ (1a, 7, 12), BRAMBORY VAŘENÉ (12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. BRAMBORAČKA (1a, 9, 12),*** HOVĚZÍ MASO VAŘENÉ, OMÁČKA OKURKOVÁ (1a, 7, 12), BRAMBORY VAŘENÉ (12) |  | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), LUČINA ŽERVÉ 1 KS (7), MÁSLO – 30G (7), PAŽITKA-PŘÍZDOBA  **2, 9S**  VEKA (1a, 3, 7), LUČINA ŽERVÉ 1 KS (7), MÁSLO – 30G (7),) PAŽITKA-PŘÍZDOBA  ***SVAČINA: OVOCE /9+9S – MLÉČNÝ DEZERT-PROTEIN (7, 8, 12)*** |
| **út**  **3.6.** | **3, 2**  PEČENÁ BUCHTA (1a, 3, 7), KAKAO (7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **9, 9s**  ROHLÍK SLADKÝ DIA - 2 KS (1a, 3, 7), MÁSLO - 30 g (7), KAKAO DIA (7), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  ***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA - 1 Ks /9+9s-dia (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9,2,9S, ZAM, CIZI**  ***POL. KVĚTÁKOVÁ (1a, 3, 7),*** HOVĚZÍ AZU (1a, 7,9,12), RÝŽE DUŠENÁ  **2** | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. KVĚTÁKOVÁ (1a, 3, 7),*** ŠPECLE PO UHLÍŘSKU (1a, 3, 7, 9, 12), OKURKA STERILOVANÁ (12) | **Varianta 3**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. KVĚTÁKOVÁ (1a, 3, 7),*** (1a, 9, 12), SALÁT S KUŘETEM A CIZRNOU (1a, 3, 7), ROHLÍK GRAHAMOVÝ - 2 ks (1a, 3, 7) | **3, 9, 2, 9S**  OBLOŽENÉ CHLEBÍČKY - 3 ks (1a, 3, 6, 7,9,12)  ***SVAČINA: OVOCE*** |
| **st**  **4.6.** | **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. ČESNEKOVÁ SE SUNKOU A KRUTONY (1a, 3, 7,9, 12),*** VEPŘOVÁ KÝTA HAMBURSKÁ (1a, 7, 9, 10, 12), KNEDLÍK (1a, 3, 7, 12)  **2, 9s**  ***POL. KMÍNOVÁ S VEJCEM (1a, 3, 9, 12),*** VEPŘOVÁ KÝTA HAMBURSKÁ (1a, 7, 9, 12), KNEDLÍK (1a, 3, 7, 12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. ČESNEKOVÁ SE SUNKOU A KRUTONY (1a, 3, 7, 9, 12),*** BULGUR NA SLADKO S OVOCEM (1a, 6, 7, 8c, 12), OVOCE |  | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POMAZÁNKOVÉ MÁSLO 1KS (7), SCHERRY  **2, 9S**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POMAZÁNKOVÉ MÁSLO 1 KS (7), SCHERRY  ***SVAČINA: TERMIX (7) /9+9- PUDINK DIA - 1 ks (7)*** |
| **čt**  **5.6.** | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), SÝR UZENÝ PLÁTKOVÝ 100 g (7), MÁSLO - 30 g (7), PAŽITKA-PŘÍZDOBA, KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9S**  ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), SÝR EIDAM PLATKOVÝ 100 g (7), MÁSLO - 30 g (7), PAŽITKA-PŘÍZDOBA, KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  ***PŘES.: JOGURT/9+9S – DIA (3, 5, 6, 7, 8b, 8c, 12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. ITALSKÁ (1a, 3, 9, 12),*** SEKANÁ PEČENĚ ŠTĚPÁNSKÁ (1a, 3, 7, 9,12), BRAMBOROVÁ KAŠE (7, 12), OKURKA STERILOVANÁ/**9 – DIA** (12)  **2, 9s**  ***POL. ITALSKÁ (1a, 3, 12),*** SEKANÁ PEČENĚ ŠTĚPÁNSKÁ (1a, 3, 9,7), BRAMBOROVÁ KAŠE (7, 12), RAJČATA | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. ITALSKÁ (1a, 3, 9, 12),*** JÁHLOVÁ KAŠE S OVOCEM (7), OVOCE | **Varianta 3**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. ITALSKÁ (1a, 3, 9, 12),*** SALÁT-KOKTEJL ZELENINOVÝ S JOGURTEM A ŠLEHAČKOU (7), ROHLÍK LNĚNÉ ZLATO - 2 ks (1a, 3, 7) | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), ŠUNKA KUŘECÍ - 100 g (12), RAMA - 30 g (7), OKURKA ČERSTVÁ  **2, 9S**  VEKA (1a, 3, 7), ŠUNKA KUŘECÍ - 100 g (12), RAMA - 30 g (7), MRKEV-PŘÍZDDOBA  ***SVAČINA: OVOCE*** |
| **pá**  **6.6.** | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), POM. MASOVÁ SNÍDANĚ-VEPŘOVÁ (7, 10, 12), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9S**  ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), POM. MASOVÁ SNÍDANĚ-VEPŘOVÁ (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. KOZÍ BRADA (1, 1a, 6, 7, 12),*** KYNUTÉ KNEDLÍKY S OVOCEM SYP.MÁKEM/**9- DIA** (1, 3, 7, 12)  **2, 9s**  ***POL. KOZÍ BRADA DIETNÍ (1a, 7, 12),*** KYNUTÉ KNED. S OVO. **/9S- DIA** (1, 3, 7, 12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. KOZÍ BRADA (1, 1a, 6, 7, 12),*** KUŘECÍ PRSA SE SÝREM (1a, 7), Brambory opékáné, OBLOHA 3 čerstvá (12), DRESINK FRANCOUZSKÝ, TATARKA 1 KS (7,12) |  | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), POM. BULHARSKÁ 1KS (7,9,10,12)  **2, 9S**  VEKA (1a, 3, 7), POM. SÝROVÁ-večeřová (7)  ***SVAČINA: OVOCE*** |
| **so**  **7.6.** | **3,9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), ŠUNKA - SNÍD.70 g (12), MÁSLO - 30 g (7), SCHERRY, KÁVA CARO (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9S**  HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), ŠUNKA - SNÍD.70 g (12), MÁSLO - 30 g (7), SCHERRY, KÁVA CARO (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  ***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA - 1 Ks /9+9s-dia (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI**  ***POL.DÝŇOVÁ (1,7,9,12)***  VEPŘOVÉ NA KARI (1a,9 ), TĚSTOVINY PŘÍLOHOVÉ – BAREVNÉ (1,3) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL.DÝŇOVÁ (1,7,9,12)***  KRŮTÍ GULÁŠ (1a, 9,12), CHLÉB - 120 g (1a, 3, 12) |  | **3, 9**  VEKA GRAHAMOVA, SALÁT RYBÍ S JOGURTEM 1ks (4, 7, 9, 12)  **2, 9S**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), TUŇÁK SE ZELENINOU 1 KS (4, 9), ČÍNSKÉ ZELÍ-PŘÍZDOBA  ***SVAČINA: ROLÁDA 1/3KS / 9+9S – DIA OPLATEK TRUBIČKY 2X (1, 3, 5, 6, 7, 8, 12)*** |
| **ne**  **8.6.** | **3, 2**  KOLÁČ - 2 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 NUDL.Z masa (1a, 3, 7, 9, 12),*** Rybí filé smažené (1a, 3, 4, 7), BRAMBORY VAŘENÉ S PAŽITKOU (12), SALÁT HLÁVKOVÝ  **2, 9s**  ***POL. DRŮBEŽÍ VÝVAR S NUDL.Z masa (1a, 3, 7, 9),*** RYBÍ FILÉ PEČENÉ NA MÁSLE (4, 7), BRAMBORY VAŘENÉ S PAŽITKOU (12), SALÁT HLÁVKOVÝ (12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. DRŮBEŽÍ VÝVAR S NUDL.Z masa (1a, 3, 7, 9, 12),*** HOVĚZÍ SMĚS MEXICKÁ (1a, 7, 9,12), RÝŽE KULATÁ |  | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), PAŠTIKA MANDLOVÁ 1 KS (8a, 12), POREK  **2, 9S**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), PAŠTIKA DRŮBEŽÍ - 1 kus (12), PAŽITKA  ***SVAČINA: OVOCE*** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **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 |