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

|  | **Snídaně** | **Oběd** | **Večeře** |
| --- | --- | --- | --- |
| **po****2.9.** | **3, 9**CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), KRAJ. HERKULES - 75 g (12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), ČÍNSKÉ ZELÍ-PŘÍZDOBA (12), 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), ČÍNSKÉ ZELÍ-PŘÍZDOBA (12), 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. ZELENINOVÁ bez mléka (1a, 3, 9, 12),*** VEJCE NA TVRDO - 1 kus (3), FAZOLOVÉ LUSKY NA KYSELO (1a, 7, 12), BRAMBORY VAŘENÉ (12) | **Varianta 2** **3, ZAM, CIZI*****POL. ZELENINOVÁ bez mléka (1a, 3, 9, 12),*** VEPŘOVÉ KOTLETY SIKULSKÉ (1a, 7, 12), KNEDLÍK (1a, 3, 7, 12) |  | **3, 9, 2, 9S**OBLOŽENÉ CHLEBÍČKY - 3 ks (1a, 3, 6, 12)***SVAČINA: OVOCE*** |
| **út****3.9.****Studená večeře:** | **3, 2**KOBLIHA - 2 ks (1a, 3, 7, 12), KAKAO (7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)**9, 9s**KAKAO DIA (7), ROHLÍK DIA - 2 ks (1a, 3, 7, 12), MÁSLO 30G (7), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **Varianta 1 (Varianta 1)****3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI*****POL. KEDLUBNOVÁ (1a, 3, 7, 9, 12),*** HOVĚZÍ ŠPANĚLSKÝ PTÁČEK (1a, 3, 9,10, 12), RÝŽE DUŠENÁ, SALÁT ČERVENÁ ŘEPA - čerstvá (12) | **Varianta 2** **3, ZAM, CIZI*****POL. KEDLUBNOVÁ (1a, 3, 7, 9, 12),*** TĚSTOVINY SE SÝROVOU OMÁČKOU (1a, 3, 7,9, 12) | **Varianta 3** **3, ZAM, CIZI*****POL. KEDLUBNOVÁ (1a, 3, 7, 9, 12),*** SALÁT ZEL.S TUNÁKEM, AVOKÁDEM, OLIVAMI A VEJCEM (3, 4, 12), ROHLÍK SÓJOVÝ - 2 ks (1a, 3, 6, 7) | **3, 9**CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), POMAZÁNKOVÉ MÁSLO 1 KS (7), SCHERRY**2, 9S**CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POMAZÁNKOVÉ MÁSLO 1 KS (7), SCHERRY***SVAČINA: ČOKOLÁDOVÝ DEZERT-KRÉM/9+9S – Pudink DĚLANÝ S PIŠKOTY- svačina (1a, 3, 6, 7, 12)*** |
| **st****4.9.** | **3, 9**CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POM. TUŇÁKOVÁ (3, 4, 7, 10, 12), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)**2, 9S**ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), POM. TUŇÁKOVÁ (3, 4, 7), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)***PŘESNÍDÁVKA:* VÝŽIVA */9+9S – DIA (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)****3,9, ZAM, CIZI*****POL. SLEPIČÍ S PÍSMENKY-SLEPICE (1a, 3, 9, 12),*** KUŘECÍ ŘÍZEK SMAŽENÝ - 150 G (1a, 3, 7), BRAMBOROVÁ KAŠE S PAŽITKOU (7, 12), KOMPOT HRUŠKOVÝ/**9- DÝŇOVÝ+ANANAS DIA** (12), + SUŠENKY /9+9S- DIA**2, 9s*****POL. SLEPIČÍ S PÍSMENKY-SLEPICE (1a, 3, 9),*** KUŘECÍ PRSA NA MÁSLE 150g (1a, 7), BRAMBOROVÁ KAŠE S PAŽITKOU (7, 12), KOMPOT HRUŠKOVÝ/**9s-** **DÝŇOVÝ+ANANAS DIA** (**12),** + SUŠENKY /9+9S- DIA | **Varianta 2** **3, ZAM, CIZI*****POL. SLEPIČÍ S PÍSMENKY-SLEPICE (1a, 3, 9, 12),*** JÁHLOVÁ KAŠE S KOMPOTEM (7, 12), OVOCE+ SUŠENKY /9+9S- DIA |  | **3, 9**VEKA GRAHAMOVA, ŠUNKA V ASPIKU 1 ks (7,9,12)**2, 9s** CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), TVAROH PREIDENT SVĚŽÍ 1 ks (7), RAJČATA ***SVAČINA: MLÉČNÝ DEZERT/9+9S – DIA (3, 5, 6, 7, 8b, 8c, 12)*** |
| **čt****5.9.****Studená večeře:** | **3, 9**CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), VEJCE NA TVRDO - 1 kus (3), SÝR TROJUHELNÍČEK 1 KS (7), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)**2, 9s**VEKA (1a, 3, 7), VEJCE NA TVRDO - 1 kus (3), SÝR TROJUHELNÍČEK 1 KS (7), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **Varianta 1 (Varianta 1)****3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI*****POL. HOVĚZÍ S KRUPICÍ A VEJCEM z masa (1a, 3, 9, 12),*** HOVĚZÍ SVÍČKOVÁ NA SMETANĚ (1a, 7, 9, 12), KNEDLÍK (1a, 3, 7, 12) | **Varianta 2** **3, ZAM, CIZI*****POL. HOVĚZÍ S KRUPICÍ A VEJCEM z masa (1a, 3, 9, 12),*** ČÍNA-kuřecí, RÝŽE KARI | **Varianta 3** **3, ZAM, CIZI*****POL. HOVĚZÍ S KRUPICÍ A VEJCEM z masa (1a, 3, 9, 12),*** SALÁT SÝROVÝ (3, 7, 10, 12), HOUSKA lněnka 2 KS (1a, 1b, 1c, 1d, 7, 8, 12) | **3, 9**CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), PAŠTIKA DRŮBEŽÍ - 1 kus (12), MÁSLO - 30 g (7), PAŽITKA**2, 9s**CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), PAŠTIKA DRŮBEŽÍ - 1 kus (12), MÁSLO - 30 g (7), PAŽITKA ***SVAČINA: ŠTRŮDL JABLKOVÝ/9+9S\_ DIA (1a, 3, 7, 12)*** |
| **pá****6.9.** | **3, 9**CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), PÁRKY VÍDEŇSKÉ - 120 g, HOŘČICE - 1KS (10, 12), KŘEN, NÁPOJ CELODENNÍ (12), **2, 9S**HOUSKY - 2 ks (1a, 3, 7), PÁRKY VÍDEŇSKÉ - 120 g, KEČUP 1 KS (12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)***PŘESNÍDÁVKA:* VÝŽIVA */9+9S – DIA (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)****3, 9, ZAM, CIZI*****POL. GULÁŠOVÁ (1a, 9, 12),*** NUDLE S MÁKEM/**9- DIA** (1a, 3, 7), OVOCE**2, 9s*****POL. ZELENINOVÁ S MASEM / DIETNÍ (1a, 7, 9, 12),*** NUDLE S TVAROHEM/**9S- DIA** (1a, 3, 7), OVOCE | **Varianta 2** **3, ZAM, CIZI*****POL. GULÁŠOVÁ (1a, 9, 12),*** PEČENÉ DVA DRUHY MASA/KUŘECÍ, VEPŘ. / (12), DUKÁTKY-PLÁTKY BRAMBOROVÉ (12), OBLOHA /čerstvá zelenina/, TATARSKÁ OMÁČKA - 1 ks 30 g (3, 7)OVOCE  |  | **3, 9**CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), SÝR EIDAM PLATKOVÝ 100 g (7), MÁSLO - 30 g (7), OKURKA ČERSTVÁ **2, 9S**CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), SÝR EIDAM PLATKOVÝ 100 g (7), MÁSLO - 30 g (7), MRKEV-PŘÍZDDOBA***SVAČINA: MLÉČNÝ DEZERT /9+9S – DIA (3, 5, 6, 7, 8b, 8c, 12)*** |
| **so****7.9.** | **3, 9**ROHLÍK LNĚNÉ ZLATO- 2 ks (1a, 1b, 1c, 1d, 11, 12), LUČINA ŽERVÉ 1 KS (7), RAMA - 30 g (7), PAPRIKA, VITAKÁVA (7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)**2, 9s**HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), LUČINA ŽERVÉ 1 KS (7), RAMA - 30 g (7), ŘEDKEV BÍLÁ, VITAKÁVA (7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **Varianta 1 (Varianta 1)****3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI*****POL. JÁHLOVA (3, 9, 12),*** VEPŘOVA PANENKA NA BYLINKÁCH 150G (1a), RÝŽE JASMÍNOVÁ, SALÁT Z ČÍNSKÉHO ZELÍ A KOPRU (12) | **Varianta 2** **3, ZAM, CIZI*****POL. JÁHLOVA (3, 9, 12),*** VEJCE NA TVRDO - 1 kus (3), OMÁČKA OKURKOVÁ (1a, 7, 12), BRAMBORY VAŘENÉ  |  | **3, 9**CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), KLADENSKÁ PEČENĚ - 100g, FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), SCHERRY **2, 9S**CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), ŠUNKA - 100 g (12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), SCHERRY***SVAČINA: PUDINK 1 KS /9+9S – DIA (7,12)*** |
| **ne****8.9.** | **3, 2**VRKOČ S POLEVOU 2 KS (1a, 3, 7), KAKAO (7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)**9, 9s**LOUPÁK - 2 ks (1a, 3, 7), DŽEM DIA PORCOVANÝ 20 g - 1 ks (12), KAKAO DIA (7), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **Varianta 1 (Varianta 1)****3, 9, ZAM, CIZI*****POL. UZENÁ OD BABIČKY-z masa (1b, 12),*** UZENÉ MASO VAŘENÉ - 100g, OMÁČKA KŘENOVÁ (1a, 7), BRAMBORY VAŘENÉ (12)**2, 9s*****POL. KRUPKOVÁ (1a, 1b, 7, 9, 12),*** VEPŘOVÁ PLEC PEČENÁ 100g (1a), OMÁČKA SMETANOVÁ (1a, 7, 12), BRAMBORY VAŘENÉ (12) | **Varianta 2** **3, ZAM, CIZI*****POL. UZENÁ OD BABIČKY-z masa (1b,9, 12),*** GNOCHY S POVIDLOVOU OMÁČKA A MÁKEM (1a, 3, 7, 12), OVOCE |  | **3, 9**CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), POM. BULHARSKÁ 1KS (7,9,12)**2, 9S**VEKA (1a, 3, 7), TUŇÁK KONZERVA 1 KS (4,9,12), MÁSLO - 30 g (7) ***SVAČINA: OVOCE*** |

|  |
| --- |
| **PITNÝ RÉŽIM JE ZAJIŠTĚNÝ V JÍDELNĚ FORMOU VÝBĚRU ZE SEDMI DRUHŮ NÁPOJŮ + AUTOMAT. 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    |