

Jídelní lístek B

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

od 21.7.2025 do 27.7.2025

	Snídaně	Oběd	Večeře
po 21.7.	3, 9 CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POM. AJVAROVÁ (7, 9, 10, 12), CARO S MLÉKEM (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) 2, 9S HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), POM. TVAROHOVÁ (7), CARO S MLÉKEM (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA - 1 ks /9+9s-dla (12)	Varianta 2 3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI POL. RAJČATOVÁ S VLOČKAMI (1a, 1c, 7, 9, 12), VLOČKOVÁ KAŠE S OVOCEM (1c, 7, 12), OVOCE	3, 9 VEKA GRAHAMOVA, SALÁT PARIŽSKÝ -1 ks (1,3,6,7,9,10,12) 2, 9S VEKA (1a, 3, 7), TUŇÁK KONZERVA 1 KS(4), MÁSL0 1 KS (7) SVAČINA: OVOCE-LETNÍ
út 22.7.	3, 9 CHLÉB ŽITNÝ - 150 g (1a, 1d, 3, 7, 12), TAVENÝ SÝR 50G (7), MÁSL0 - 30 g (7), SCHERRY, KÁVA BILÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) 2, 9S ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), TAVENÝ SÝR 50G (7), MÁSL0 - 30 g (7), SCHERRY, KÁVA BILÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)	Varianta 1 (Varianta 1) 3, 9, ZAM, CIZI POL. ZELENINOVÁ S KUSKUSEM bez mléka (1a, 3, 9, 12), PREJT 150 g jitr. + jelit., ZELÍ KYSANÉ DUŠENÉ (1a, 9, 12), BRAMBORY VAŘENÉ (12) 2, 9s POL. ZELENINOVÁ S KUSKUSEM bez mléka (1a, 7, 9, 12), KUŘE DUŠENÉ, ZELÍ CINSKE DUŠENÉ (1a, 12), BRAMBORY VAŘENÉ (12) Varianta 2 3, 9, ZAM, CIZI POL. ZELENINOVÁ S KUSKUSEM bez mléka (1a, 3, 9, 12), Lečo se šunkou (3, 12), CHLÉB ŠUMAVSKÝ - 120g (1a, 3, 12) Varianta 3 3, ZAM, CIZI POL. ZELENINOVÁ S KUSKUSEM bez mléka (1a, 3, 9, 12), KUSKUSEM bez mléka (1a, 3, 9, 12), TĚSTOVINOVÝ SALÁT (1a, 3, 12), ROHLÍK GRAHAMOVÝ - 2 ks (1a, 3, 7)	3, 9 CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), KLDENSKÁ PEČENĚ – 100g, HOŘČICE - 20 g (10, 12), OKUREK KYSELÝ 2, 9S VEKA (1a, 3, 7), ŠUNKA - 100 g (12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), MRKEV-PŘÍZDOBA SVAČINA: OVOCE-LETNÍ
st 23.7.	3, 9 CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POM. DROŽDOVÁ (3, 7, 12), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) 2, 9S ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), POM. DROŽDOVÁ (3, 7, 12), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) PŘESNÍDÁVKA: MLÉČNÝ DEZERT-PROTEIN (7, 8, 12)	Varianta 1 (Varianta 1) 3, 9, ZAM, CIZI POL. HRACHOVÁ S KRUTONY (1a, 3, 7, 9, 12), MASOVÁ SMĚS/vepř.v.játro,klob.,žampiony/ (1, 1a, 6, 9, 12), RÝŽE JASMINOVÁ 2, 9s POL. HRÁŠKOVÝ KRÉM S KRUTONY (1, 1a, 3, 6, 7, 9, 12), MASOVÁ SMĚS/vepř.v.játro,klob.,žampiony/ (1a, 9), RÝŽE JASMINOVÁ Varianta 2 3, 9, ZAM, CIZI POL. HRACHOVÁ S KRUTONY (1a, 3, 7, 9, 12), MASOVÁ SMĚS/vepř.v.játro,klob.,žampiony/ (1, 1a, 6, 9, 12), RÝŽE JASMINOVÁ	3, 9 CHLÉB - 120 g (1a, 3, 12), POMAZÁNKOVÉ MÁSL0 1 KS (7), SCHERRY 2, 9S CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POMAZÁNKOVÉ MÁSL0 1 KS (7), SCHERRY SVAČINA: OVOCE-LETNÍ
čt 24.7.	3, 2 CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g/ 2-HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 12), MED PORCOVANÝ 20 g- 2 ks, MÁSL0 - 30 g (7), KAKAO (7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) 9, 9S CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g/9S – HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 12), DŽEM DIA PORCOVANÝ 20 g - 2ks (12), MÁSL0 - 30 g (7), KAKAO DIA (7), NÁPOJ CELODENNÍ (12)	Varianta 1 (Varianta 1) 3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI POL. KEDLUBNOVÁ (1a, 3, 7, 9, 12), KUŘE NA ŠPANELSKÝ ZPŮSOB (1a, 7, 9, 12), BRAMBORY GURMÁNSKÉ (7), SALÁT ZELENINOVÝ MÍCHANÝ Varianta 2 3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI POL. KEDLUBNOVÁ (1a, 3, 7, 9, 12), KVIČAK SMAŽENÝ (1a, 3, 7), BRAMBORY VAŘ.S MÁSLEM (7, 12), TATARSKÁ OMÁČKA - 1 ks 30 g (3, 7) Varianta 3 3, ZAM, CIZI POL. KEDLUBNOVÁ (1a, 3, 7, 9, 12), SALÁT ČOČKOVÝ-HL.JÍDLO (3, 12), ROHLÍK GRAHAMOVÝ - 2 ks (1a, 3, 7)	3, 9 CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), SALÁM LOVECKÝ - 100 g (1, 6, 12), RAMA - 30 g (7), POREK – 30g 2, 9S CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), ŠUNKA KRUTÍ - 100 g (12), RAMA - 30 g (7), MRKEV-PŘÍZDOBA SVAČINA: PUDINK - 1 ks/9+9S – DIA (6,7,8,12)
pá 25.7.	3, 9 CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), POM. Z ČERVENÉ ŘEPY (7, 12), KÁVA BILÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) 2, 9S ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), POM. Z ČERVENÉ ŘEPY (7, 12), KÁVA BILÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA - 1 ks /9+9s-dla (12)	Varianta 1 (Varianta 1) 3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI POL. BORŠČ /9+9S – DIETNÍ (1a, 7, 9, 12), ŽEMLOVKA S TVAROHEM A JABLKY/9+9S – DIA (1a, 3, 7, 12) Varianta 2 3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI POL. BORŠČ (1a, 7, 9, 12), OHNIVÉ MASO (10, 12), DUKÁTKY-PLÁTKY BRAMBOROVÉ, TATARSKÁ OMÁČKA - 1 ks 30 g (3, 7)	3, 9 CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), SÝR EMENTÁL PLATKOVÝ 100 g, FLORA PORCOVANÁ 20 g-1 ks (12), RAJČATA 2, 9S CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), SÝR EMENTÁL PLATKOVÝ 100 g, FLORA POR. 20 g-1 ks (12), RAJČATA SVAČINA: OVOCE-LETNÍ

	Snídaně		Oběd	Večeře
so 26.7.	3, 9 CHLĚB - 150 g (1a, 3, 12), PÁRKY VÍDEŇSKÉ - 120 g, HOŘČICE - 20 g (10, 12), KŘEN, NÁPOJ CELODENNÍ (12) 2, 9s HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), PÁRKY VÍDEŇSKÉ - 120 g, KEČUP - 1 ks 20g (12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)	Variant 1 (Variant 1) 3, 9, ZAM, CIZI POL. CIZRNOVA KREMOVA (1a, 3, 6, 7, 9, 12), RYBÍ TYLAPIE NA MÁSLÉ 150 g (4, 7, 12), BRAMBOROVÁ KAŠE S MÁSLEM A PAŽITKOU (7, 12), SALÁT OKURKOVÝ S RAJČATY 2, 9s POL. BRAMBORAČKA (1a, 9, 12), RYBÍ TYLAPIE NA MÁSLÉ 150 g (4, 7, 12), BRAMB. KAŠE S MÁSLEM A PAŽ. (7, 12), SALÁT Z ČIN. ZELÍ A RAL. (12)	Variant 2 3, ZAM, CIZI POL. CIZRNOVA KREMOVA (1a, 3, 6, 7, 9, 12), ŠPECLE PO UHLÍŘSKU (1a, 3, 7, 9, 12), SALÁT OKURKOVÝ S RAJČATY	3, 9 CHLĚB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), PAŠTIKA LAHŮDKOVÁ 1 KS (12), POREK 2, 9s VEKA (1a, 3, 7), PAŠTIKA DRŮBEŽÍ - 1 kus (12), MRKEV- PŘÍZDOBA SVAČINA: BÁBOVKA 1/3 KS / 9+9s- DIA ZÁVIN 1/3KS (1a, 3, 6, 7, 8, 12)
ne 27.7.	3, 2 VÁNOČKA TUKOVÁ (1a, 3, 7), MÁSLO - 30 g (7), GRANKO (7), NÁPOJ CELODENNÍ (12) 9, 9s VÁNOČKA DIA (1a, 3, 7), MÁSLO - 30 g (7), KAKAO DIA (7), NÁPOJ CELODENNÍ (12)	Variant 1 (Variant 1) 3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI POL. DRŮBEŽÍ VÝVAR S NUDL.Z masa (1a, 3, 7, 9, 12), VEPŘOVÝ KOTLET NA ŽAMPION.čerst.120 g (1a, 7, 9), RÝŽE JASMINOVÁ, SALÁT MRKVOVÝ S KIWI (12)	Variant 2 3, ZAM, CIZI POL. DRŮBEŽÍ VÝVAR S NUDL.Z masa (1a, 3, 7, 9, 12), HALUŠKY S JABLKY SYPANÉ TVAROHEM (1a, 3, 7, 12), KOMPOT JABLKOVÝ (12)	3, 9 CHLĚB - 150 g (1a, 3, 12), POM. MASOVÁ VEČEŘOVA- KONZERVA (7, 10, 12) 2, 9s CHLĚB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POM. MASOVÁ VEČEŘOVA-KONZERVA (7) SVAČINA: MLÉČNÝ DEZERT/9+9s - DIA (3, 5, 6, 7, 8b, 8c, 12)

PITNÝ REŽIM JE ZAJIŠTĚNÝ V JÍDELNĚ FORMOU VÝBĚRU ZE SEDMI DRUHŮ NÁPOJŮ + AUTOMAT NA DŽUSY A NA PATRECH ZE ŠESTI DRUHŮ.

Variant 2+3 se nevaří v šetřící, diabetické úpravě, proto není vhodná pro diety 2, 9, 9s, G.

SVAČINA dopolední je započtena v ceně večeře. Při odhlášení večerní jsou zároven odhlášeny svačiny. PŘESNÍDÁVKA dopolední je započtena v ceně snídani. Při odhlášení snídani jsou zároven 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 pokrmů a potravinami. Seznam alergenů je vyvěšen vedle jídelního lístku. Alergeny v potravinách a pokrmích získáte i na vyžádání u vedoucí strav. provozu a nutriční terapeutky. Dále informuji- *Košer, dochucovadla a jiné pokrmů 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!

Výpracovala nutriční terapeutka a vedoucí stravovacího provozu:
Škutová Naděžda

Provozně zhodnotil:
Škutová Naděžda a Eva Kíssová