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

|  | **Snídaně** | **Oběd** | | | **Večeře** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **po**  **23.6.** | **3,9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), KRAJ. HERKULES - 75 g (12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), ŘEDKEV BÍLÁ, KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2,9S**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), KRAJ. ŠUNKA - 100 g (12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), ŘEDKEV BÍLÁ, KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  ***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA - 1 Ks /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, 9,12), BRAMBORY VAŘENÉ (12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. ZELENINOVÁ bez mléka (1a, 3, 9, 12),*** KRUPICOVÁ KAŠE S KAKAEM (1a, 7), OVOCE |  | **3**  VEKA (1a, 3, 7), RYBÍ OČKA 1 KS (3, 4, 12)  **9**  VEKA GRAHAMOVÁ (1a, 3, 7), RYBÍ OČKA 1 KS (3, 4,12)  **2,9S**  VEKA (1a, 3, 7), PAŠTIKA DRŮBEŽÍ - 1 kus (12), MÁSLO PORCOVANÉ - 1 KS (7), ČÍNSKÉ ZELÍ-PŘÍZDOBA (12)  ***SVAČINA: OVOCE*** |
| **út**  **24.6.** | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POM. MRKVOVÁ (3, 7, 12), BIKAVA **/ 9- BÍLÁ KÁVA DIA** (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9S**  HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), POM. MRKVOVÁ (3, 7, 12), BIKAVA **/ 9S- BÍLÁ KÁVA DIA** (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  ***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA - 1 Ks /9+9s-dia (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. UZENÁ OD BABIČKY-z masa (1b, 12),*** HOVĚZÍ PEČENĚ NA ŽAMPIONECH-čerstvé (1a, 9), TĚSTOVINY PŘÍL.-BAREVNÉ ( 1,3,12), OKURKA STERIL./**9- DIA** (12)  **2, 9s**  ***POL. KRUPKOVÁ (1a, 1b, 7, 9, 12),*** HOVĚZÍ PEČENĚ NA ŽAMPIONECH-čerstvé (1a), TĚSTOVINY PŘÍL.-BAREVNÉ ( 1,3,12), RAJČATA | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. UZENÁ OD BABIČKY-z masa (1b, 12),*** VEPŘ.- KATŮV ŠLEH (9, 12), BRAMBOROVÉ PLACIČKY – 3KS ( 1,3,7,9,12) | **Varianta 3**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. UZENÁ OD BABIČKY-z masa (1b, 12)***, SALÁT ŠOPSKÝ (7,12), ROHLÍK GRAHAMOVÝ - 2 ks (1a, 3, 7) | **3, 9**  CHLÉB VE VAJÍČKU 2KS / SMAŽENKA – 2KS (1a, 1d, 3, 6, 7, 10)  **2, 9S**  VEKA (1a, 3, 7), POM. RYBÍ-VEČEŘOVÁ (4, 7, 12)  ***SVAČINY: OVOCE*** |
| **st**  **25.6.** | **3, 9**  ROHLÍK GRAHAMOVÝ - 2 ks (1a, 3, 7), POM. BUDAPEŠŤSKÁ (7, 12), CARO S MLÉKEM (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9S**  ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), POM. SÝROVÁ PAŽITKOU (7), CARO S MLÉKEM (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. BROKOLICOVÁ – čerstvá (1a, 3, 7, 9, 12),*** KRÁLÍK NA SMETANĚ (1a, 7, 9, 10, 12), KNEDLÍK (1a, 3, 7, 12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. BROKOLICOVÁ – čerstvá (1a, 3, 7, 9, 12),*** VEPŘ. KRKOVICE PEČENÉ 150g (9, 12), RÝŽE JASMÍNOVÁ, Salát rajčatový s cibulí |  | **3, 9**  VEKA GRAHAMOVA, LUČINA – vanicka 1 KS (7), SCHERRY  **2, 9S**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), LUČINA – vanicka 1 KS (7), SCHERRY  ***SVAČINA: OVOCE*** |
| **čt**  **26.6.** | **3, 2**  PEČENÁ BUCHTA – PERNÍK S ČOKOLÁDOU BÍLOU (1a, 3, 7), KAKAO (7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **9, 9s**  ZÁVIN DIA (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. HOVĚZÍ VÝVAR S NUDL.Z masa (1a, 3, 7, 9, 12),*** BRAMBOROVÉ KNEDLÍKY PLNĚNÉ UZENÝM masem (1a, 3, 7,9, 12), KAPUSTA DUŠENÁ (1a, 9, 12)  **2, 9s**  ***POL. HOVĚZÍ VÝVAR S NUDL.Z masa (1a, 3, 7, 9),*** BRAMB. KNEDLÍKY PLNĚNÉ SAL. (1a, 3, 7, 9, 12), ZELÍ CIN.DUŠ. (1a, 9,12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. HOVĚZÍ VÝVAR S NUDL.Z masa (1a, 3, 7, 9, 12),*** BROKOLICE S KVĚTÁKEM A VEJCI – jako mozeček/VĚTŠÍ GRAMÁŽ (3,7,9,), CHLÉB ŠUMAVSKÝ - 120g K HL.JÍDLU (1a, 3, 12), OKURKA STERILOVANÁ (12) | **Varianta 3**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. HOVĚZÍ VÝVAR S NUDL.Z masa (1a, 3, 7, 9, 12),*** TĚSTOVINOVÝ SALÁT S TUŇÁKEM A ŽAMPIONY (1a, 3, 4, 12) | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), KRUTÍ MASO S VEJCI – 1 KS ( 1,3,6,7,9,12), PAPRIKA  **2, 9S**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), KRUTÍ MASO S VEJCI 1KS ( 1,3,6,7,9,12), MRKEV-PŘÍZDDOBA ***SVAČINA: OVOCE*** |
| **pá**  **27.6.** | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), POM. DROŽĎOVÁ (3, 7, 12), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9**  HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), POM. DROŽĎOVÁ (3, 7, 12), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  ***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA - 1 Ks /9+9s-dia (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI**  ***POL. FRANKFURTSKÁ S PÁRKEM (1a, 9, 12),*** KUSKUSOVÝ NÁKYP S TVAROHEM A JABLKY/**9+9S- DIA** (1a, 3, 7, 12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. FRANKFURTSKÁ S PÁRKEM (1a, 9, 12),*** VEPŘOVÁ PANENKA PEČENÁ NA ČESNEKU (1a, 3, 7, 12), DUKÁTKY – PLÁTKY (12), OBLOHA /čerstvá zelenina/, TATARSKÁ OMÁČKA - 1 ks 30 g (3, 7) |  | **3, 9**  VEKA GRAHAMOVA, TUŇÁK SE ZELENINOU 1 KS (4, 9)  **2, 9S**  VEKA (1a, 3, 7), TUŇÁK SE ZELENINOU 1 KS (4, 9)  ***SVAČINA: MLÉČNÝ DEZERT /9+9S – DIA (3, 5, 6, 7, 8b, 8c, 12)*** |
| **so**  **28.6.** | **3, 9**  ROHLÍK LNĚNÉ ZLATO- 2 ks (1a, 1b, 1c, 1d, 11, 12), ŠUNKA AMÁLKA (12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), SCHERRY, KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9S**  HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), ŠUNKA AMÁLKA (12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), SCHERRY, 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. CIZRNOVA KREMOVA (1, 3, 6, 7, 9, 12),*** TĚSTOVINY PO MILÁNSKU (1a, 3, 7,9, 12)  **2, 9s**  ***POL. BRAMBORAČKA (9, 12),*** TĚSTOVINY PO MILÁNSKU (1a, 3, 7,9, 12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. CIZRNOVA KREMOVA (1, 3, 6, 7, 9, 12),*** BRAMBORY ZAPEČENÉ S TVARŮŽKY (3, 7, 9, 12), OBLOHA /čerstvá zelenina/ |  | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), SÝR GOUDA PLÁTKY 100G, MÁSLO - 30 g (7), ČÍNSKÉ ZELÍ-PŘÍZDOBA (12)  **2, 9S**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), SÝR GOUDA PLÁTKY 100G, MÁSLO - 30 g (7), ČÍNSKÉ ZELÍ-PŘÍZDOBA (12)  ***SVAČINA: OVOCE*** |
| **ne**  **29.6.** | **3, 2**  ŠÁTEČEK ČOKO-KOKO- 2 ks (1a, 3, 7), KAKAO (7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12), VÝŽIVA - 1 kus  **9, 9s**  VÁNOČKA DIA (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. SLEPIČÍ S RÝŽÍ-SLEPICE (9, 12),*** KUŘE PEČENÉ (1a, 7,9, 12), BRAMBORY GURMÁNSKÉ (7), SALÁT MRKVOVÝ S KIWIM (12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. SLEPIČÍ S RÝŽÍ-SLEPICE (9, 1***2), GNOCHY SE ŠPENÁTEM (1a, 3, 7, 9, 12), SALÁT MRKVOVÝ S KIWIM (12) |  | **3, 9**  VEKA GRAHAMOVA, ASPIKOVÁ MISKA 1 KS (3,6, 7, 8,9,10,12)  **2, 9S**  VEKA (1a, 3, 7), SÝR COTTAGE S PAŽITKOU 1 KS (7)  ***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 |