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

|  | **Snídaně** | **Oběd** | **Večeře** |
| --- | --- | --- | --- |
| **po****28.7.** | **3,9**ROHLÍK GRAHAMOVÝ - 2 ks (1a, 3, 7), SÝR TROJUHELNÍČEK 1 KS (7), VEJCE NA TVRDO - 1 kus (3), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), CARO S MLÉKEM (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)**2, 9S**HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), SÝR TROJUHELNÍČEK 1 KS (7), VEJCE NA TVRDO - 1 kus (3), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), CARO S MLÉKEM (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA/9+9S – DIA (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)****3, 2, CIZÍ, ZAM*****SANITÁRNÍ DEN***, RIZOTO KUŘECÍ 2 (7, 9,12), OPLATEK (1, 3, 5, 6, 7, 8, 12), MINERÁLKA 1.5 (12)**9, 9s*****SANITÁRNÍ DEN,*** RIZOTO KUŘECÍ 2 (7,9, 12), OPLATEK DIA (1, 3, 5, 6, 7, 8, 12), MINERÁLKA 1.5 (12) | **Varianta 2** **3, ZAM, CIZI*****DNES SE VARIANTA 2 NEVAŘÍ*** |  | **3, 9**CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), ŠUNKOVÁ PĚNA - 1 kus (12), ČÍNSKÉ ZELÍ-PŘÍZDOBA (12)**2, 9S**CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), ŠUNKOVÁ PĚNA - 1 kus (12), ČÍNSKÉ ZELÍ-PŘÍZDOBA (12) ***SVAČINA: JOGURT/9+9S-DIA (3, 5, 6, 7, 8b, 8c, 12)*** |
| **út****29.7.** | **3, 9**CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POM. BUDAPEŠŤSKÁ (7, 9,12), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)**2, 9S**ROHLÍKY 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), POM. TVAROHOVÁ S EIDAMEM A BYLIN (7), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **Varianta 1 (Varianta 1)****3, 9, ZAM, CIZI*****POL. POHANKOVA (9, 12),*** ČÍNA-kuřecí, RÝŽE DUŠENÁ ( 1,9,12)**2, 9s*****POL. POHANKOVA (7, 9),*** ČÍNA-dietní (1a), RÝŽE DUŠENÁ | **Varianta 2** **3, ZAM, CIZI*****POL. POHANKOVA (9, 12),*** ZAPEKANÉ BRAMBORY SE SALÁMEM (3, 7, 9,12), SALÁT OKURKOVÝ  | **Varianta 3** **3, ZAM, CIZI*****POL. POHANKOVA (9, 12),*** SALÁT SÝROVÝ (3, 7, 10, 12), HOUSKA lněnka 2 KS (1a, 1b, 1c, 1d, 7, 8, 12) | **3, 9**CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), SÝR GOUDA PLÁTKY 100G, FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), PAPRIKA**2, 9S**CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), SÝR GOUDA PLÁTKY 100G, FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), RAJČATA ***SVAČINA: ČOKOLÁDOVÝ DEZERT-KRÉM/ 9+9S TVAROHOVÝ MÍŠA DEZERT DOMÁCÍ (7,12)*** |
| **st****30.7.** | **3, 2**KOBLIHA S VANILKOVÝM KRÉMEM- 2 ks (1a, 3, 7, 12), KAKAO (7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12), JOGURT (3, 5, 6, 7, 8b, 8c, 12)**9, 9s**KOLÁČ DIA - 2 KS (1a, 3, 6,7,8, 12), KAKAO DIA (7), NÁPOJ CELODENNÍ (12)***PŘESNÍDÁVKA: JOGURT/9+9S – DIA (3, 5, 6, 7, 8b, 8c, 12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)****3, 9, ZAM, CIZI*****POL. ČESNEKOVÁ S KRUTÓNY A VEJCEM (1a, 3, 7, 9, 12),*** KUŘECÍ STEAK 150G (1a, 7, 9, 12), BRAMBORY ŠŤOUCHANÉ S MÁSLEM (7, 12), SALÁT ZELENINOVÝ MÍCHANÝ**2, 9s*****POL. KMÍNOVÁ S VEJCEM (1a, 3, 9, 12),*** KUŘECÍ STEAK 150G (1a, 7, 9), BRAM.ŠŤOUCH. S MÁS. (7, 12), SALÁT ZELENINOVÝ MÍCHANÝ – dietní (12) | **Varianta 2** **3, ZAM, CIZI*****POL. ČESNEKOVÁ S KRUTÓNY A VEJCEM (1a, 3, 7, 9, 12),*** HALUŠKY STRAPAČKY/zelí kys., uzené/ (1a, 3, 7, 9,12) |  | **3, 9**CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), TVAROHOVÁ SVAČINKA - 1 ks /ZAHRADNÍ SMĚS (7,12), **2, 9S**VEKA (1a, 3, 7), TVAROHOVÁ SVAČINKA - 1 ks/ZAHRADNÍ SMĚS (7,12)***SVAČINA: OVOCE-LETNÍ*** |
| **čt****31.7.** | **3, 9**CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), POM. MAKRELOVÁ (3, 4, 7, 10, 12), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)**2, 9s**ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), POM. SARDINKOVÁ (4, 7, 12), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁP.C. | **Varianta 1 (Varianta 1)****3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI*****POL. SLEPIČÍ S MUŠLIČKAMI-SLEPICE (1a, 3, 9, 12),*** BRAMBOROVÉ KNEDLÍKY PLNĚNÉ SALÁMEM (1a, 3, 7, 12), ŠPENÁT DUŠENÝ (1a, 3, 9, 12) | **Varianta 2** **3, ZAM, CIZI*****POL. SLEPIČÍ S MUŠLIČKAMI-SLEPICE (1a, 3, 9, 12),*** GNOCHY S OVOCNOU OMÁČKOU (1a, 3, 7, 12), OVOCE | **Varianta 3** **3, ZAM, CIZI*****POL. SLEPIČÍ S MUŠLIČKAMI-SLEPICE (1a, 3, 9, 12),*** SALÁT ŠOPSKÝ, ROHLÍK SÓJOVÝ - 2 ks (1a, 3, 6, 7) | **3, 9**VEKA (1a, 3, 7), ASPIKOVÁ BÁBOVKA 1KS (3, 6,7,8,9, 10,12)**2, 9S**VEKA (1a, 3, 7), PAŠTIKA DRŮBEŽÍ - 1 kus/ 100G (12), MÁSLO PORCOVANÉ - 1 KS (7), ČÍNSKÉ ZELÍ-PŘÍZ.(12)***SVAČINA: OVOCE – LETNÍ*** |
| **pá****1.8.** | **3, 9**CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), ŠUNKA - 75 g (12), MÁSLO - 30 g (7), SCHERRY, KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)**2,9S**HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), ŠUNKA - 75 g (12), MÁSLO - 30 g (7), SCHERRY, KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA/9+9S – DIA (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)****3, 9, ZAM, CIZI*****POL. ZELNAČKA S KLOBÁSKOU (1, 1a, 6, 9, 12),*** BUCHTY HONZOVY/**9- DIA** (1a, 3, 7,8, 12), KÁVA BÍLÁ/**9-DIA** (1b, 1d, 7, 12)**2, 9S*****POL. ZELNAČKA SE SALÁMEM DIETNÍ (1a, 9,12),*** BUCHTY HONZOVY/**9S – DIA** (1a, 3, 7, 12), KÁVA BÍLÁ/**9S-DIA** (1b, 1d, 7, 12) | **Varianta 2** **3, ZAM, CIZI*****POL. ZELNAČKA S KLOBÁSKOU (1, 1a, 6, 9, 12),*** Rybí filé-TRESKA smažená 150G (1a, 3, 4, 7), BRAMBOROVÁ KAŠE S PAŽITKOU (7, 12), KOMPOT MÍCHANÝ |  | **3, 9**CHLÉB ŽITNÝ - 150 g (1a, 1d, 3, 7, 12), SÝR UZENÝ PLÁTKOVÝ 100 g (7), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), OKURKA ČERSTVÁ**2, 9S**VEKA (1a, 3, 7), SÝR EIDAM PLATKOVÝ 100 g (7), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), MRKEV-PŘÍZDDOBA***SVAČINA: OVOCE-LETNÍ*** |
| **so****2.8.** | **3,9**ROHLÍK GRAHAMOVÝ - 2 ks (1a, 3, 7), SNÍDANOVÝ TALÍŘ 1 (7, 12), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)**2, 9S**ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), SNÍDANOVÝ TALÍŘ 1 (7, 12), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **Varianta 1 (Varianta 1)****3, 9, ZAM, CIZI*****POL. Z ČERVENÉ ČOČKY (1a, 9,12)***, VEPŘOVÁ PEČENĚ PEČENÁ 100G, MRKEV S HRÁŠKEM (1a, 7, 9, 12), BRAM. VAŘENÉ (12)**2, 9s*****POL. ZELENINOVÁ bez mléka (1a, 7, 9, 12),*** VEPŘOVÁ PEČENĚ 100G, MRKEV S HRÁŠKEM (1a, 7, 9, 12), BRAM. VAŘ.(12) | **Varianta 2** **3, ZAM, CIZI*****POL. Z ČERVENÉ ČOČKY (1a,9, 12),*** KRŮTÍ GULÁŠ (1a, 9,12), CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 120 g (1a, 3, 7, 12) |  | **3, 9**CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), TVAROH PREIDENT SVĚŽÍ 1 KS (7), RAJČATA **2, 9S**CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), TVAROH PREIDENT SVĚŽÍ 1 KS (7), RAJČATA ***SVAČINA: OPLATEK /9+9S – DIA (1,3,6,7,8,12)*** |
| **ne****3.8.** | **3, 2**ZÁVIN JABLKOVÝ (1a, 3, 7), GRANKO (7), NÁPOJ CELODENNÍ (12)**9, 9s**ZÁVIN TVAROHOVÝ DIA (1a, 3, 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),*** HOVĚZÍ ROŠTĚNÁ PŘÍRODNÍ 120G (1a, 9), RÝŽE parbolait , SALÁT OKURKOVÝ S JOGURTEM (7)**2, 9s*****POL. SLEPIČÍ S NUDLEMI-SLEPICE (1a, 3, 7, 9, 12),*** HOVĚZÍ ROŠTĚNÁ PŘÍRODNÍ 120G (1a,9,), RÝŽE parbolait, Sal.mrk. s ananasem | **Varianta 2** **3, ZAM, CIZI*****POL. SLEPIČÍ S CELEST.NUDL. -SLEPICE (1, 3, 7, 9, 12),*** ZAHRADNICKÉ BRAMBORY /zelenina,žampiony,porek,eidam,smetana/ (3, 7,9, 12), SALÁT OKURKOVÝ S JOGURTEM (7) |  | **3, 9**VEKA GRAHAMOVA, TUŇÁK SE ZELENINOU 1KS (4, 9), MÁSLO PORCOVANÉ - 1 KS (7)**2, 9S**VEKA (1a, 3, 7), TUŇÁK SE ZELENINOU 1KS (4, 9), MÁSLO PORCOVANÉ - 1 KS (7)***SVAČINA: OVOCE – LETNÍ*** |

|  |
| --- |
| **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    |