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

|  | **Snídaně** | **Oběd** | | **Večeře** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **po**  **3.3.** | **3,9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POM. HERMELÍNOVÁ (7, 12), CARO S MLÉKEM (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9S**  ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), POM. SÝROVÁ SE ŠUNKOU (7, 12), CARO S MLÉKEM (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  ***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA /9+9S – DIA (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3,9, ZAM, CIZI**  ***SANITÁRNÍ DEN,*** VEPŘOVÝ GULÁŠ (1a, 12), CHLÉB - 150 g (1a, 3, 9, 12), OPLATEK/**9- DIA** (1, 3, 5, 6, 7, 8, 12), VITAMINATOR 1 KS  **2,9S**  ***SANITÁRNÍ DEN,*** VEPŘOVÝ GULÁŠ DIETNÍ (1a, 12), ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), OPLATEK /**9S- DIA** (1, 3, 5, 6, 7, 8, 12), VITAMINATOR 1 KS | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***DNES SE VARIANTA 2 NEVAŘÍ*** | **3, 2, 9S, 9**  OBLOŽENÉ CHLEBÍČKY - 3 ks (1a, 3, 6, 12)  ***SVAČINA: JOGURT/9+9S-DIA (3, 5, 6, 7, 8b, 8c, 12)*** |
| **út**  **4.3.**  **STUDENÁ VEČEŘE:** | **3, 9**  ROHLÍK LNĚNÉ ZLATO- 2 ks (1a, 1b, 1c, 1d, 11, 12), PAŠTIKA 1 KS - MALÁ (12), SÝR TROJUHELNÍČEK 1 KS (7), RAMA PORCOVANÁ 10 g. - 2 ks (7, 12), BÍLÁ KÁVA (7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9s**  HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), PAŠTIKA 1 KS - MALÁ DRŮBEŽÍ (12), SÝR TROJUHELNÍČEK 1 KS (7), RAMA PORCOVANÁ 10 g. - 2 ks (7, 12), BÍLÁ KÁVA (7, 12), NÁPOJ CEL. (12) | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI**  ***POL. ZELENINOVÁ S KRUPICÍ (1a, 9, 12),*** KUŘECÍ STEAK (1a, 7, 12), BABY KAROTKA NA MÁSLE (7,9), BRAMBORY VAŘENÉ (12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. ZELENINOVÁ S KRUPICÍ (1a, 9, 12),*** VEPŘOVÁ JÁTRA NA CIBULCE (1a,9), RÝŽE DUŠENÁ, OKURKA STERILOVANÁ (12) | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POM. BUDAPEŠŤSKÁ-1ks (1,3,7,9,12)  **2, 9S**  ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), POM. TVAROHOVÁ S BYLINKAMI-več (7, 12)  ***SVAČINA: BÁBOVKA DOMÁCÍ /9+9S-DIA (1a, 3, 7,8,12)*** |
| **st**  **5.3.** | **3, 2**  KOBLIHA S VANILKOVOU NÁPLNÍ- 2 ks (1a, 3, 7, 12), KAKAO (7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **9, 9s**  ŠÁTEČEK DIA - 2 ks (1a, 3, 7), KAKAO DIA (7), NÁPOJ CELODENNÍ (12),  ***PŘESNÍDÁVKA: JGURT /9+9S – DIA (3,5,6,7,8,12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI**  ***POL. SLEPIČÍ S RÝŽÍ-SLEPICE (1a, 3, 9, 12),*** VEPŘOVÉ NA PAPRICE (1a, 7,9 ), KNEDLÍK (1a, 3, 7, 12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. SLEPIČÍ S RÝŽÍ-SLEPICE (1a, 3, 9, 12),*** BULGUR S KUŘECÍM MASEM A ZELENINOU, ŽAMPIONY (1a, 6, 7, 9, 12), OBLOHA /čerstvá zelenina/ | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), TVAROHOVÁ SVAČINKA - 1 ks (7)  **2, 9S**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), TVAROHOVÁ SVAČINKA - 1 ks (7)  ***SVAČINA: OVOCE*** |
| **čt**  **6.3.**  **STUDENÁ VEČEŘE:** | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POM. SARDINKOVÁ (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), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. KEDLUBNOVÁ (1a, 3, 7, 9, 12),*** KUŘECÍ ŘÍZEK SMAŽENÝ - 150 g (1a, 3, 7), BRAMBOROVÁ KAŠE (7, 12), KOMPOT MÍCHANÝ/**9-DIA TŘEŠŇOVÝ** (12)  **2, 9S**  ***POL. KEDLUBNOVÁ (1a, 3, 7),*** KUŘECÍ PLÁTEK, BRAMBOROVÁ KAŠE (7, 12), KOMPOT MÍCHANÝ/**9S- DIA TŘEŠŇOVÝ** (12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. KEDLUBNOVÁ (1a, 3, 7, 9, 12),*** BRAMBORY SE SLANINOU A CIBULKOU (12), MLÉKO KYSELÉ/400ML (7) | **3,9**  VEKA GRAHAMOVA, ŠUNKA V ASPIKU 1 KS (1,3,7,9,12)  **2,9S**  VEKA (1a, 3, 7), ŠUNKA KUŘECÍ - 100 g (12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), PAŽITKA-PŘÍZDOBA  ***SVAČINA: LISTOVÉ PEČIVO – MALÉ 3KS/9+9S – DIA KOLÁČ (1a, 3, 7, 8,6,12)*** |
| **pá**  **7.3.** | **3,9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), POM. AJVAROVÁ (7, 9, 10, 12), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2,9S**  HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), POM. TVAROHOVÁ (7), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  ***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA /9+9S – DIA (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. BORŠČ (1a, 7, 9, 12),*** NUDLE S MÁKEM /**9- DIA** (1a, 3, 7)  **2, 9s**  ***POL. BORŠČ DIETNÍ (1a, 7, 9, 12),*** NUDLE S TVAROHEM/**9S- DIA** (1a, 3, 7) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. BORŠČ (1a, 7, 9, 12),*** OHNIVÉ MASO (10, 12), DUKÁTKY-PLÁTKY BRAMBOROVÉ (12), TATARSKÁ OMÁČKA - 1 ks 30 g (3, 7) | **3, 9, 2, 9s**  HOUSKA OBLOŽENÁ 2 KS (1a, 3, 6, 7, 12)  ***SVAČINA: OVOCE*** |
| **so**  **8.3.** | **3, 9**  ROHLÍK GRAHAMOVÝ - 2 ks (1a, 3, 7), SÝR EIDAM PLATKOVÝ 100 g (7), MÁSLO - 30 g (7), PAŽITKA-PŘÍZDOBA, CARO S MLÉKEM (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, CARO S MLÉKEM (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. Z ČERVENÉ ČOČKY (1a, 12),*** VEPŘOVÁ PEČENĚ PRAŽSKÁ (1a, 3, 9, 12), TĚSTOVINY PŘÍLOHOVÉ (1a, 3), SALÁT Z ČÍNSKÉHO ZELÍ A RAJČAT (12)  **2, 9s**  ***POL. BRAMBORAČKA (1a, 9, 12),*** VEPŘOVÁ PEČENĚ PRAŽSKÁ (1a, 3, 12), TĚSTOVINY PŘÍLOHOVÉ (1a, 3), SALÁT Z ČÍN. ZELÍ A RAJČAT (12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. Z ČERVENÉ ČOČKY (1a, 12),*** SELSKÁ OMELETA (3, 7), BRAMBOROVÁ KAŠE (7, 12), SALÁT Z ČÍNSKÉHO ZELÍ A RAJČAT (12) | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), ŠUNKOVÉ MASO 1 KS (12), MÁSLO PORCOVANÉ - 1 KS (7), PAPRIKA  **2,9S**  VEKA (1a, 3, 7), ŠUNKOVÉ MASO 1 KS (12), MÁSLO PORCOVANÉ - 1 KS (7), MRKEV  ***SVAČINA: OPLATEK/9+9S – DIA (1, 3, 5, 6, 7, 8, 12)*** |
| **ne**  **9.3.** | **3, 2**  KOLÁČ - 2 ks (1a, 3, 7, 12), KAKAO (7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **9, 9s**  CROISSANT - 2 ks (1a, 3, 7, 12), KAKAO DIA (7), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 2, ZAM, CIZI**  ***POL. DRŮBEŽÍ VÝVAR S MUŠLIČ.Z masa (1a, 3, 9, 12),*** KUŘE NA MEDU (12), BRAMBOROVÁ KAŠE S PAŽITKOU (7, 12), KOMPOT DÝŇOVÝ+ANANAS (12)  **9, 9s**  ***POL. DRŮBEŽÍ VÝVAR S MUŠLIČ.Z masa (1a, 3, 9, 12),*** KUŘE (STEHNO) DUŠENÉ (1a, 7), BRAMBOROVÁ KAŠE S PAŽITKOU (7, 12), KOMPOT MERUŇKOVÝ DIA (12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. DRŮBEŽÍ VÝVAR S MUŠLIČ.Z masa (1a, 3, 9, 12),*** GNOCHY ZAPÉKANÉ SE SÝREM, VEJCEM A ŽAMPIONY (1a, 3, 7, 9, 12), KOMPOT DÝŇOVÝ+ANANAS (12) | **3, 2,9S**  VEKA (1a, 3, 7), MOZZARELA 100G (7), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), SCHERRY  **9**  CHLÉB ŽITNÝ - 150 g (1a, 1d, 3, 7, 12), MOZZARELA (7), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), SCHERRY  ***SVAČINA: MLÉČNÝ DEZERT/9+9S – DIA (3, 5, 6, 7, 8b, 8c, 12)*** |

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