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

|  | **Snídaně** | **Oběd** | **Večeře** |
| --- | --- | --- | --- |
| **po****30.6.** | **3,9**CHLÉB - 150 g (1a, 3, 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) ***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA/9+9S- DIA (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)****3, 9,ZAM, CIZI*****SANITÁRNÍ DEN***, VEPŘOVÝ GULÁŠ DEBRECÍNSKÝ - SAN.DEN (1a, 9,12), CHLÉB ŠUMAVSKÝ - 120g (1a, 3, 12), DŽUS 100% - 1 ks, OPLATEK/**9-DIA** (1, 3, 5, 6, 7, 8, 12)**2, 9S*****SANITÁRNÍ DEN***, VEPŘOVÝ GULÁŠ DEBRECÍNSKÝ DIETNÍ- SAN.DEN (1a, 9,12), CHLÉB TOUSTOVÝ - 120 g (1a, 3, 7, 12), DŽUS 100% - 1 ks, OPLATEK/**9S- DIA** (1, 3, 5, 6, 7, 8, 12) | **Varianta 2** **3, ZAM, CIZI*****DNES SE VARIANTA 2 NEVAŘÍ*** |  | **3, 9, 2, 9S**OBLOŽENÉ CHLEBÍČKY ŠUNKOVÉ - 3 ks (1a, 3, 6, 7,9,12)***SVAČINA: OVOCE*** |
| **út****1.7.** | **3, 9**CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POM. CELEROVÁ-vyšší norma (7, 9, 12), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) **2,9s**HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), POM. CELEROVÁ-vyšší norma (7, 9, 12), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA/9+9S- DIA (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)****3, 9,ZAM, CIZI*****POL. HOV.VÝVAR S S MUŠLIČKAMI Z masa (1a, 3, 9, 12),*** SALÁM OPEČENÝ - 100 g (12), HRACHOVÁ KAŠE (12), CHLÉB - 120 g k hl. jídlu (1a, 3, 12), OKURKA STERILOVANÁ/**9-DIA** (12)**2, 9s*****POL. HOV.VÝVAR S S MUŠLIČKAMI Z masa (1a, 3, 9),*** HOVĚZÍ MASO VAŘENÉ, OMÁČKA RAJSKÁ (1a, 9, 12), KNEDLÍK (1a, 3, 7, 12) | **Varianta 2** **3, ZAM, CIZI*****POL. HOV.VÝVAR S S MUŠLIČKAMI Z masa (1a, 3, 9, 12),*** HOVĚZÍ MASO VAŘENÉ, OMÁČKA RAJSKÁ (1a, 9, 12), KNEDLÍK (1a, 3, 7, 12) | **Varianta 3** **3, ZAM, CIZI*****POL. HOV.VÝVAR S S MUŠLIČKAMI Z masa (1a, 3, 9, 12),*** SALÁT-KOKTEJL ZELENINOVÝ S JOGURTEM A ŠLEHAČKOU (7), ROHLÍK LNĚNÉ ZLATO- 2 ks (1a, 1b, 1c, 1d, 11, 12) | **3, 9**CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), SÝR EIDAM PLATKOVÝ 100 g (7), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), PAŽITKA-PŘÍZDOBA**2, 9S**VEKA (1a, 3, 7), SÝR EIDAM PLATKOVÝ 100 g (7), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), PAŽITKA-PŘÍZDOBA***SVAČINA: OVOCE*** |
| **st****2.7.** | **3,9**ROHLÍK GRAHAMOVÝ - 2 ks (1a, 3, 7), SNÍDANOVÝ TALÍŘ 1 (7, 12), CARO S MLÉKEM (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)**2,9S**ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), SNÍDANOVÝ TALÍŘ 1 (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*****POL. ČESNEKOVÁ SE SUNKOU A KRUTONY (1a, 3, 7,9, 12),*** VEPŘOVÁ KRKOVICE PEČENÁ (1a, 9, 12), BRAMBORY ŠŤOUCHANÉ S MÁSLEM (7, 12), SALÁT ZELENINOVÝ MÍCHANÝ**2, 9s*****POL. KMÍNOVÁ S VEJCEM (1a, 3, 9, 12),*** VEPŘOVÁ KRKOVICE PEČENÁ (1a,9, 12), BRAMBORY ŠŤOUCHANÉ S MÁSLEM (7, 12), SAL. ZELENINOVÝ MÍCH.-dietní (12) | **Varianta 2** **3, ZAM, CIZI*****POL. ČESNEKOVÁ SE SUNKOU A KRUTONY (1a, 3, 7,9, 12),*** HALUŠKY CIKANSKÉ /tvaroh, anglická sl.,kopr/ (1a, 3, 7, 12) |  | **3, 9**CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), TLAČENKA ŠUNKOVÁ DAVELSKÁ, OCET (12), CIBULKA ČERVENÁ**2, 9S**CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), TLAČENKA DRŮBEŽÍ - 150 g, ČÍNSKÉ ZELÍ-PŘÍZDOBA (12) ***SVAČINA: OVOCNÉ PYRÉ/ MERUNKA S PIŠKOTY/9+9S – DIA (1a, 3, 7,12)*** |
| **čt****3.7.** | **3,9**CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), PAŠTIKA 1 KS - MALÁ DRŮBEŽÍ (12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), PAŽITKA-PŘÍZDOBA, KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)**2, 9S**HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), PAŠTIKA 1 KS - MALÁ DRŮBEŽÍ (12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), PAŽITKA-PŘÍZDOBA, KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)***PŘESNÍDÁVKA: JOGURT /9+9S – DIA (3,5,6,7,8,12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)****3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI*****POL. RAJČATOVÁ S TARHOŇOU (1a, 3, 9, 12),*** KUŘECÍ ROLÁDA -DĚLANÁ (1a, 3, 7, 9,12), BRAMBORY GURMÁNSKÉ -VAŘENÉ (7), SALÁT HLÁVKOVÝ (12) | **Varianta 2** **3, ZAM, CIZI*****POL. RAJČATOVÁ S TARHOŇOU (1a, 3, 9, 12),*** ZAPÉKANÝ KVĚTÁK SE SÝREM A RAJČATY (3, 7,9), OKURKA STERILOVANÁ (12) | **Varianta 3** **3, ZAM, CIZI*****POL. RAJČATOVÁ S TARHOŇOU (1a, 3, 9, 12),*** SALÁT ZEL.S TUNÁKEM, AVOKÁDEM, OLIVAMI A VEJCEM (3, 4, 12), ROHLÍK LNĚNÉ ZLATO- 2 ks (1a, 1b, 1c, 1d, 11, 12) | **3, 9**VEKA GRAHAMOVA, SÝROVÁ ROLÁDA - 120g (3, 7)**2,9S**VEKA (1a, 3, 7), SÝROVÁ ROLÁDA - 120g (3, 7)***SVAČINA: POHÁR /9+9S – DIA (5,6,7,8,12)*** |
| **pá****4.7.** | **3,9**CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), PÁRKY VÍDEŇSKÉ - 120 g, HOŘČICE - 20 g (10, 12), KŘEN, NÁPOJ CELODENNÍ (12)**2,9S**ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), PÁRKY VÍDEŇSKÉ - 120 g, KEČUP - 1 ks 20g (12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA/9+9s-DIA (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)****3, 2, ZAM, CIZI*****POL. GULÁŠOVÁ (1a, 9, 12),*** RÝŽOVÝ NÁKYP S OVOCEM (1a, 3, 6, 7, 12)**9, 9s*****POL. GULÁŠOVÁ (1a, 9, 12),*** RÝŽOVÝ NÁKYP DIA S OVOCEM (1a, 3, 6, 7, 12) | **Varianta 2** **3, ZAM, CIZI*****POL. GULÁŠOVÁ (1a, 9, 12),*** VEPŘ. STEAK 150 g (9, 12), AMERICKÉ BRAMBORY (12), OBLOHA /čerstvá zelenina/, TATARSKÁ OMÁČKA - 1 ks 30 g (3, 7) |  | **3, 9**CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POM. ČESNEKOVÁ 1KS (7,12)**2,9S**VEKA (1a, 3, 7), POM. SÝROVÁ-večeřová (7)***SVAČINA: OVOCE*** |
| **so****5.7.** | **3, 9**ROHLÍK SÓJOVÝ - 2 ks (1a, 3, 6, 7), SÝR DUKO 1KS (7), RAMA - 1KS (7, 12), SCHERRY, KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) **2,9S**ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), SÝR DUKO 1KS (7), RAMA - 1KS (7, 12), SCHERRY, KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA/9+9S- DIA (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)****3, 9, 9S,2, ZAM, CIZI*****POL. KRUPKOVÁ (1a, 1b, 3, 7, 9, 12),*** VEPŘOVÝ PLÁTEK 120G NA ROZMARÝNU 120g (1a, 7,9), RÝŽE JASMÍNOVÁ, SALÁT ČERVENÁ ŘEPA - čerstvá (12) | **Varianta 2** **3, ZAM, CIZI*****POL. KRUPKOVÁ (1a, 1b, 3, 7, 9, 12),*** BRAMBORY SE SLANINOU A CIBULKOU (12), MLÉKO KYSELÉ/400ML (7) |  | **3, 9**CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), ŠUNKA MEDOVÁ - 100 g (12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), POREK **2,9S**CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), ŠUNKA MEDOVÁ - 100 g (12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), MRKEV-PŘÍZDDOBA***SVAČINA: OVOCE*** |
| **ne****6.7.** | **3, 2**KOLÁČ - 2 ks (1a, 3, 7, 12), KAKAO (7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)**9, 9s**KOLÁČ DIA - 2 KS (1a, 3, 7, 12), KAKAO DIA (7), NÁPOJ CELODENNÍ (12) ***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA /9+9S- DIA (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)****3, 2, ZAM, CIZI*****POL. DRŮBEŽÍ VÝVAR S BYL.KNEDLÍČKY.Z masa (1a, 3, 7, 9, 12),*** RYBÍ FILÉ PEČENÉ NA MÁSLE 150G (4, 7,9,12), BRAMBOROVÁ KAŠE (7, 12), KOMPOT JABLKOVÝ (12)**9, 9s*****POL. DRŮBEŽÍ VÝVAR S BYL.KNEDLÍČKY.Z masa (1a, 3, 7, 9, 12),*** RYBÍ FILÉ PEČENÉ NA MÁSLE 150G(4, 7,9,12), BRAMBOROVÁ KAŠE (7, 12), KOMPOT SVESTKOVY DIA (12) | **Varianta 2** **3, ZAM, CIZI*****POL. DRŮBEŽÍ VÝVAR S BYL.KNEDLÍČKY.Z masa (1a, 3, 7, 9, 12),*** RÝŽOVÁ KAŠE S MÁSLEM , KAKAEM A OVOCEM (7, 12), OVOCE |  | **3,9**CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), SÝR ALMETE 1 KS(7), RAJČATA **2,9S**VEKA (1a, 3, 7), SÝR ALMETE 1KS (7), RAJČATA ***SVAČINA: ZÁKUSEK/9+9S – DIA (1a, 3, 5, 6, 7, 8, 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    |