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

|  | **Snídaně** | **Oběd** | | **Večeře** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **po**  **30.9.** | **3,9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POM. SÝROVÁ s hermelínem a PAŽITKOU (7,12), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2,9S**  ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), POM. SÝROVÁ PAŽITKOU (7), KÁVA BÍLÁ (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), VITAMINÁTOR 1 KS  **2,9S**  ***SANITÁRNÍ DEN***, VEPŘOVÝ GULÁŠ DIETNÍ (1a, 12), ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), OPLATEK/**9+9S-DIA** (1, 3, 5, 6, 7, 8, 12), VITAMINÁTOR 1 KS | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***DNES SE VARIANTA 2 NEVAŘÍ*** | **3, 2, 9, 9S**  OBLOŽENÉ CHLEBÍČKY - 3 ks (1a, 3, 6, 12)  ***SVAČINA: JOGURT/9+9S – DIA (3, 5, 6, 7, 8b, 8c, 12)*** |
| **út**  **1.10.**  **Teplá večeře:** | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), PAŠTIKA 1 KS - MALÁ (12), SÝR TROJUHELNÍČEK 1 KS (7), RAMA PORCOVANÁ - 1 KS (7), VITAKÁVA (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 PORCOVANÉ - 1 KS (7), VITAKÁVA (7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI**  ***POL. ZELENINOVÁ S KRUPICÍ (1a, 9, 12),*** KUŘECÍ STEAK 150G (1a, 7, 12), BABY KAROTKA NA MÁSLE (7), BRAMBORY VAŘENÉ (12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. ZELENINOVÁ S KRUPICÍ (1a, 9, 12),*** VEPŘOVÁ JÁTRA NA CIBULCE 150G (1a,9), RÝŽE DUŠENÁ, OKURKA STERILOVANÁ (12) | **3, 9**  POL. BRAMBOROVÁ S MASEM A ZELENINOU-VEČEŘEOVÁ (1a, 9, 12), ROHLÍK GRAHAMOVÝ - 2 ks (1a, 3, 7),  **2,9S**  POL. BRAMBOROVÁ S MASEM A ZELENINOU-VEČEŘEOVÁ (1a, 9, 12), ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7)  ***SVAČINA: BÁBOVKA DOMÁCÍ /9+9S DIA (1a, 3,7,12)*** |
| **st**  **2.10.** | **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: JOGURT/9+9S-DIA (3, 5, 6, 7, 8b, 8c, 12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI**  ***POL. SLEPIČÍ S TĚST.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 TĚST.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), POMAZÁNKOVÉ MÁSLO 1 KS (7), SCHERRY  **2,9S**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POMAZÁNKOVÉ MÁSLO 1 KS (7), SCHERRY  ***SVAČINA: OVOCE*** |
| **čt**  **3.10.**  **Teplá večeře:** | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POM. DROŽĎOVÁ (3, 7, 12), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9s**  VEKA (1a, 3, 7), POM. DROŽĎOVÁ (3, 7, 12), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI**  ***POL. VLOČKOVÁ (1c, 7, 9, 12),*** ČEVAPČIČI S OBLOHOU (1a, 9, 10, 12), BRAMBORY VAŘ.S MÁSLEM (7, 12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. VLOČKOVÁ (1c, 7, 9, 12),*** TĚSTOVINY PO MILÁNSKU (1a, 3, 7, 9,12) | **3, 9**  BRAMBORY SE SLANINOU A CIBULKOU (12), MLÉKO KYSELÉ 1 KS /400ML (7)  **2,9S**  BRAMBORY ŠŤOUCHANÉ S MÁSLEM (7, 12), MLÉKO KYSELÉ 1 KS /400ML (7), ***SVAČINA: OVOCE*** |
| **pá**  **4.10.** | **3,9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), POM. VEPŘOVÁ SNÍDANĚ-DĚLANÁ (7), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2,9S**  ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), POM. VEPŘOVÁ SNÍDANĚ-DĚLANÁ (7), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  ***PŘESNÍDÁVKA:* VÝŽIVA */9+9S – DIA (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. PAPRIKOVÁ S KLOBÁSKOU (1, 1a, 6,9, 12),*** RÝŽOVÝ NÁKYP S OVOCEM/**9-DIA** (1a, 3, 6, 7, 12)  **2,9S**  ***POL. GULÁŠOVÁ DIETNÍ (1a, 12),*** RÝŽOVÝ NÁKYP S OVOCEM /**9S-DIA** (1a, 3, 6, 7, 12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. PAPRIKOVÁ S KLOBÁSKOU (1, 1a, 6, 9,12),*** KUŘECÍ PLNĚNÁ KAPSA (1a, 3, 7, 12), VLNKY (12), TATARSKÁ OMÁČKA - 1 ks 30 g (3, 7), OBLOHA /čerstvá zelenina/ | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), TLAČENKA DRŮBEŽÍ - 150 g, CIBULE - PŘÍZDOBA ČERVENÁ, OCET - PŘÍZDOBA  **2,9S**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), TLAČENKA DRŮBEŽÍ - 150 g, ČÍNSKÉ ZELÍ-PŘÍZDOBA (12)  ***SVAČINA: OVOFIT/9+9S-DIA (7, 12)*** |
| **so**  **5.10.** | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), ŠUNKA – 70G g (12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), SCHERRY, KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9s**  ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), ŠUNKA - 70 g (12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), SCHERRY, KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI**  ***POL. HRSTKOVÁ (1a, 9, 12),*** VEPŘOVA PANENKA NA KMÍNĚ 150G(1a), RÝŽE KARI, SALÁT MRKVOVÝ S JABLKY (12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. HRSTKOVÁ (1a, 9, 12),*** HALUŠKY S BRYNZOU (1a, 3, 7, 12) | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), SÝR TAVENÝ PLÁTKY 100G (7), MÁSLO - 30 g (7), PAPRIKA  **2, 9S**  VEKA (1a, 3, 7), SÝR TAVENÝ PLÁTKY 100G (7), MÁSLO - 30 g (7), PAŽITKA-PŘÍZDOBA  ***SVAČINA: OVOCE*** |
| **ne**  **6.10.** | **3, 2**  CROISSANT S ČOKOLÁDOU 2KS (1a, 3, 7, 12), GRANKO (7), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **9, 9s**  LISTOVKA DIANKA DIA – 2ks TVAROH (1a, 3, 7), KAKAO DIA (7), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. SLEPIČÍ S NUDLEMI-SLEPICE (1a, 3, 7, 9, 12),*** KUŘE PEČENÉ NA ZELÍ (9,12), BRAMBORY VAŘENÉ (12)  **2, 9s**  ***POL. SLEPIČÍ S NUDLEMI-SLEPICE (1a, 3, 7, 9),*** KUŘE (STEHNO) DUŠENÉ (1a, 7), ZELÍ CINSKE DUŠENÉ (1a, 12), BRAMBORY VAŘENÉ (12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. SLEPIČÍ S NUDLEMI-SLEPICE (1a, 3, 7, 9, 12),*** VEPŘOVÉ ŽEBÍRKO LAŠSKÉ (1a, 7, 12), TĚSTOVINY (1a, 3) | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POM. MAKRELOVÁ - VEČEŘE (3, 4, 7, 10, 12)  **2, 9S**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POM. RYBÍ-VEČEŘOVÁ (4, 7)  ***SVAČINA: ZÁKUSEK/9+9S-DIA (1a, 3, 7)*** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **PITNÝ RÉŽIM JE ZAJIŠTĚNÝ V JÍDELNĚ FORMOU VÝBĚRU ZE SEDMI DRUHŮ NÁPOJŮ + AUTOMAT. A NA PATRECH ZE ŠESTI DRUHŮ.**  **Varianta 2+3 se nevaří v šetřící, diabetické ani mleté 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 |