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

|  | **Snídaně** | **Oběd** | | **Večeře** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **po**  **31.3.** | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), KRAJ. HERKULES - 75 g (6,12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), ČÍNSKÉ ZELÍ-PŘÍZDOBA (12), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9s**  HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), ŠUNKA - 75 g (12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), ČÍNSKÉ ZELÍ-PŘÍZDOBA (12), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  ***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA /9+9S – DIA (12)*** | **3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI**  ***POL. ZELENINOVÁ bez mléka (1a, 3, 9, 12),*** VEJCE NA TVRDO - 1 kus (3), OMÁČKA KOPROVÁ (1a, 7, 9,12), BRAMBORY VAŘENÉ (12) | Milí klienti a strávníci!  Moc se omlouváme, ale z provozních důvodů vaříme variantu číslo 2 jenom v pátek.  Doufám, že nás pochopíte a omluvíte. Hned, | **3, 9**  VEKA GRAHAMOVA (1a, 3, 7),, POMAZÁNKOVÉ MÁSLO 1 KS(7), SCHERRY  **2, 9S**  VEKA (1a, 3, 7), POMAZÁNKOVÉ MÁSLO 1 KS (7), SCHERRY  ***SVAČINA: OVOCE*** |
| **út**  **1.4.**  **STUDENÁ VEČEŘE!** | **3, 2**  PEČENÁ BUCHTA – KARAMELOVÉ ŘEZY (1a, 3, 7), KAKAO (7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **9, 9s**  ROHLÍK SLADKÝ DIA - 2 KS (1a, 3, 7), MÁSLO - 30 g (7), KAKAO DIA (7), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI**  ***POL. KVĚTÁKOVÁ (1a, 3, 7, 9, 12),*** HOVĚZÍ ŠPANĚLSKÝ PTÁČEK (1a, 3, 10, 12), RÝŽE DUŠENÁ, SALÁT ČERVENÁ ŘEPA - čerstvá (12) |  | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), PAŠTIKA DRŮBEŽÍ 100 g (6,9,12), PAPRIKA  **2, 9s**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), PAŠTIKA DRŮBEŽÍ 100 g (6,9,12), MRKEV  ***SVAČINA: TVAROHOVÝ MÍŠA DEZERT DOMÁCÍ /9+9S – DIA (7,12)*** |
| **st**  **2.4.** | **3,9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POM. CELEROVÁ-vyšší norma (7, 9, 12), CARO S MLÉKEM (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2**  ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), POM. CELEROVÁ-vyšší norma (7, 9, 12), CARO S MLÉKEM (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  ***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA /9+9S – DIA (12)*** | **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. DRŮBEŽÍ VÝVAR S PÍSMENKY.Z masa (1a, 3, 9, 12),*** KUŘECÍ ŘÍZEK SMAŽENÝ - 150 g (1a, 3, 7), BRAMBOROVÁ KAŠE S PAŽITKOU (7, 12), KOMPOT HRUŠKOVÝ/**9- DIA DÝŇOVÝ S ANANSOVÝ (12)**  **2, 9S**  ***POL. DRŮBEŽÍ VÝVAR S PÍSMENKY.Z masa (1a, 3, 9),*** KUŘECÍ PRSA NA MÁSLE 150G(1a, 7), BRAMBOROVÁ KAŠE S PAŽITKOU (7, 12), KOMPOT HRUŠKOVÝ/**9S- DIA DÝŇOVÝ SANANASEM (12)** |  | **3, 9**  VEKA GRAHAMOVA, VEJCE HENRY 1 KS (1,3,6,7,9,10,12)  **2, 9S**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), TVAROH PREIDENT SVĚŽÍ 1 KS (7), ČÍNSKÉ ZELÍ  ***SVAČINA: OVOCE*** |
| **čt**  **3.4.**  **STUDENÁ VEČEŘE:** | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), SÝR TROJUHELNÍČEK 4 KS (7), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), PAŽITKA-PŘÍZDOBA, KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9S**  VEKA (1a, 3, 7), SÝR TROJUHELNÍČEK 4 KS (7), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), PAŽITKA-PŘÍZDOBA, KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI**  ***POL. ZELENINOVÁ z jarní zeleniny (1a, 3, 7, 9, 12),*** HOVĚZÍ SVÍČKOVÁ NA SMETANĚ (1a, 7, 9, 12), KNEDLÍK (1a, 3, 7, 12) |  | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 7, 12), DEBRECÍNKA 100 g (12), MÁSLO - 30 g (7), SCHERRY  **2, 9S**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), KRAJ. SALÁM JUNIOR - 100g (12), MÁSLO - 30 g (7), SCHERRY  ***SVAČINA: ŠTRŮDL JABLKOVÝ/9+9S – DIA (1a, 3, 7, 12)*** |
| **pá**  **4.4.** | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), PÁRKY TENKÉ - 120 g, HOŘČICE 20g (10, 12), KŘEN, NÁPOJ CELODENNÍ (12),  **2, 9S**  HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), PÁRKY TENKÉ - 120 g, KEČUP - 20g (12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) ***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA /9+9S – DIA (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. GULÁŠOVÁ S HOV.MASEM, FAZOLEMI A KLOBÁSKOU (1, 1a, 6, 9, 12),*** NUDLE S MÁKEM/**9- DIA** (1a, 3, 7,12), OVOCE  **2, 9s**  ***POL. GULÁŠOVÁ DIETNÍ (1a, 12),*** NUDLE S TVAROHEM/**9S- DIA** (1a, 3, 7), OVOCE | **Varianta 2**  **3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI**  ***POL. GULÁŠOVÁ S HOV.MASEM, FAZOLEMI A KLOBÁSKOU (1, 1a, 6, 9, 12),*** PEČENÉ DVA DRUHY MASA/KUŘECÍ, VEPŘ. / (9, 12), AMERICKÉ BRAMBORY (12), TATARSKÁ OMÁČKA - 1 ks 30 g (3, 7), OBLOHA /čerstvá zelenina/ | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), SÝR LACKY DAMER PLÁTKY - 100 g, MÁSLO - 30 g (7), OKURKA ČERSTVÁ  **2, 9S**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), SÝR LACKY DAMER PLÁTKY - 100 g, MÁSLO - 30 g (7), MRKEV-PŘÍZDDOBA  ***SVAČINA: MLÉČNÝ DEZERT/9+9S – DIA (3, 5, 6, 7, 8b, 8c, 12)*** |
| **so**  **5.4.** | **3, 9**  ROHLÍK LNĚNÉ ZLATO- 2 ks (1a, 1b, 1c, 1d, 11, 12), POM. VAJEČNÁ (3, 7, 10, 12), CARO S MLÉKEM (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9s**  HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), POM. VAJEČNÁ (3, 7), CARO S MLÉKEM (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI**  ***POL. JÁHLOVA (3, 9, 12),*** VEPŘOVA PANENKA NA BYLINKÁCH 150G (1a), RÝŽE JASMÍNOVÁ, SALÁT Z ČÍNSKÉHO ZELÍ A KOPRU (12) |  | **3, 9**  VEKA GRAHAMOVA, SALÁT RYBÍ S JOGURTEM – 1ks (4, 7, 9,12),  **2, 9S**  VEKA (1a, 3, 7), POM. RYBÍ-VEČEŘOVÁ (4, 7)  ***SVAČINA: PUDINK - 1 ks /9+9S – DIA (7, 12)*** |
| **ne**  **6.4.** | **3, 2**  VRKOČ S POLEVOU 2 KS(1a, 3, 7), KAKAO (7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **9, 9s**  LOUPÁK - 2 ks (1a, 3, 7), DŽEM DIA PORCOVANÝ 20 g - 1 ks (12), KAKAO DIA (7), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. UZENÁ OD BABIČKY-z masa (1b, 12),*** UZENÁ KRKOVICE 100G, OMÁČKA KŘENOVÁ (1a, 7,9 ), BRAMBORY VAŘENÉ (12)  **2, 9s**  ***POL. KRUPKOVÁ (1a, 1b, 7, 9, 12),*** VEPŘOVÁ PLEC PEČENÁ 100g (1a), OMÁČKA SMETANOVÁ (1a, 7, 12), BRAMBORY VAŘENÉ (12) |  | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), ŠUNKA S VEJCI - 1 KS (1,3,6,7,9,12), MÁSLO PORCOVANÉ - 1 KS (7)  **2, 9S**  VEKA (1a, 3, 7), ŠUNKA S VEJCI - 1 KS, MÁSLO PORCOVANÉ - 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 |