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

|  | **Snídaně** | **Oběd** | **Večeře** |
| --- | --- | --- | --- |
| **po****6.1.** | **3, 9**CHLÉB ŽITNÝ - 150 g (1a, 1d, 3, 7, 12), SÝR TAVENÝ-50g (7), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), ŘEDKEV BÍLÁ, CARO S MLÉKEM (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)**2, 9S**ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), SÝR TAVENÝ-50g (7), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), ŘEDKEV BÍLÁ, 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. ZELENINOVÁ S KUSKUSEM bez mléka (1a, 3, 9, 12),*** PREJT 150 g jitr. + jelit., BRAMBORY VAŘENÉ (12), OKURKA STERIL. /**9-DIA** (12)**2, 9s*****POL. ZELENINOVÁ S KUSKUSEM bez mléka (1a, 7, 9, 12),*** VEPŘOVÉ NA ŽAMPIONECH čerstvých (1a, 7), TĚSTOVINY PŘÍLOHOVÉ (1a, 3), SALÁT MRKVOVÝ (12) | **Varianta 2** **3, ZAM, CIZI*****POL. ZELENINOVÁ S KUSKUSEM bez mléka (1a, 3, 9, 12),*** VEPŘOVÉ NA ŽAMPIONECH čerstvých (1a), TĚSTOVINY PŘÍLOHOVÉ (1a, 3), SALÁT MRKVOVÝ (12) | **3, 9**CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), COTTAGE 1 KS (7), SCHERRY**2, 9S**CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), COTTAGE 1 KS (7), SCHERRY***SVAČNA: OVOCE*** |
| **út****7.1.****TEPLÁ VEČEŘE:** | **3, 9**CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), POM. DROŽĎOVÁ (3, 7, 12), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)**2, 9s**HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), POM. DROŽĎOVÁ (3, 7, 12), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **Varianta 1 (Varianta 1)****3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI*****POL. JÁHLOVA (3, 9, 12),*** FRANCOUZSKÉ BRAMBORY /**2+9S-DIETNÍ** (1a, 3, 7, 12), SALÁT ČERVENÁ ŘEPA - čerstvá (12) | **Varianta 2** **3, ZAM, CIZI*****POL. JÁHLOVA (3, 9, 12),*** VEPŘ. - KATŮV ŠLEH (9, 12), BRAMBOROVÉ PLACIČKY – 3KS | **3, 9**ROHLÍK GRAHAMOVÝ - 2 ks (1a, 3, 7), POL. FRANKFURTSKÁ S PÁRKEM-večeře (1a, 9, 12)**2, 9S**ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), POL. FRANKFURTSKÁ S PÁRKEM-večeře (1a, 12)***SVAČINA: OVOCE*** |
| **st****8.1.** | **3,9**CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POM. AJVAROVÁ (7, 9, 10, 12), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ **2, 9S**ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), POM. MRKVOVÁ (3, 7, 12), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) ***PŘESNÍDÁVKA: MLÉČNÝ DEZERT-PROTEIN (7, 8, 12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)****3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI*****POL. HOVĚZÍ VÝVAR S NUDL.Z masa (1a, 3, 7, 9, 12),*** VEPŘOVÁ PLEC BRATISLAVSKÁ (1a, 7, 9, 12), KNEDLÍK (1a, 3, 7, 12) | **Varianta 2** **3, ZAM, CIZI*****POL. HOVĚZÍ VÝVAR S NUDL.Z masa (1a, 3, 7, 9, 12),*** KRUTÍ ROLKA SE ŠUNKOU A SÝREM (1a, 7, 12), BRAMBORY GURMÁNSKÉ -VAŘENÉ (7), OBLOHA /čerstvá zelenina/ | **3, 9**VEKA (1a, 3, 7), RYBÍ OČKA 1 KS (3, 4, 12)**2, 9S**VEKA (1a, 3, 7), SÝR ALMETE 1 KS (7), RAJČATA ***SVAČINA: MLÉČNÝ DEZERT / 9+9S – DIA (7,12)*** |
| **čt****9.1.****TEPLÁ VEČEŘE:** | **3, 9**HOUSKA lněnka 2 KS (1a, 1b, 1c, 1d, 7, 8, 12), PAŠTIKA 1 KS - MALÁ DRŮBEŽÍ (12), SÝR TROJUHELNÍČEK 1 KS (7), POREK - 30g, MÁSLO 1 ks (7), 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), SÝR TROJUHELNÍČEK 1 KS (7), MRKEV-PŘÍZDDOBA, MÁSLO 1 KS (7), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **Varianta 1 (Varianta 1)****3, 2, ZAM, CIZI*****POL. HRÁŠKOVÝ KRÉM S KRUTONY (1a, 3, 7, 9, 12),*** SEKANÝ ŘÍZEK dva druhy sýrů (HOLANDSKÝ) (1a, 3, 7), BRAMBOROVÁ KAŠE (7, 12), KOMPOT MERUŇKOVÝ (12)**9, 9s*****POL. HRÁŠKOVÝ KRÉM S KRUTONY (1a, 3, 7, 9, 12)***, SEKANÝ ŘÍZEK dva druhy sýrů (HOLANDSKÝ) (1a, 3, 7), BRAMBOROVÁ KAŠE (7, 12), KOMPOT SVESTKOVY DIA (12) | **Varianta 2** **3, ZAM, CIZI*****POL. HRÁŠKOVÝ KRÉM S KRUTONY (1a, 3, 7, 9, 12),*** VEPŘOVÝ GULÁŠ (1a, 12), CHLÉB ŠUMAVSKÝ - 120g (1a, 3, 12) | **3, 9**RIZOTO KUŘECÍ (7, 9,12), OKURKA STERIL. /**9-DIA** (12)**2,9S**RIZOTO KUŘECÍ (7,9, 12), RAJČATA ***SVAČINA: OVOCE*** |
| **pá****10.1.** | **3,9**CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), PÁRKY VÍDEŇSKÉ - 120 g, HOŘČICE JEDNOPORCOVA - 20g (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, 9, ZAM, CIZI*****POL. DRŠŤKOVÁ Z HLÍVY (1a, 9, 12),*** ŽEMLOVKA S TVAROHEM A JABLKY/**9- DIA** (1a, 3, 7, 12)**2, 9s*****POL. MASOVÁ DIETNÍ (1a, 7, 12),*** ŽEMLOVKA S TVAROHEM A JABLKY/**9S-DIA** (1a, 3, 7, 12) | **Varianta 2** **3, ZAM, CIZI*****POL. DRŠŤKOVÁ Z HLÍVY (1a, 9, 12),*** KUŘ. PLÁTEK S HERMELÍNEM A OLIVAMI (1a, 7, 12), HRANOLKY (12), OBLOHA /čerstvá zelenina/ | **3, 9**VEKA GRAHAMOVA, SÝR EIDAM PLATKOVÝ 100 g (7), MÁSLO - 30 g (7), OKURKA ČERSTVÁ**2,9S**VEKA (1a, 3, 7), SÝR EIDAM PLATKOVÝ 100 g (7), MÁSLO - 30 g (7), ČÍNSKÉ ZELÍ***SVAČINA: OVOCE*** |
| **so****11.1.** | **3, 9**CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POM. TUŇÁKOVÁ S VEJCEM (3, 4, 7, 10, 12), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)**2, 9s**HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), POM. TUŇÁKOVÁ S VEJCEM (3, 4, 7), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELOD. (12) | **Varianta 1 (Varianta 1)****3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI*****POL. BRAMBORAČKA (1a, 9, 12),*** VEPŘOVÉ NA PAPRICE / **2+9S - SMETANĚ** (1a, 7,9), KNEDLÍK (1a, 3, 7, 12) | **Varianta 2** **3, ZAM, CIZI*****POL. BRAMBORAČKA (1a, 9, 12),*** GNOCHI S MÁKEM (1a, 3, 7, 12), OVOCE | **3, 9**CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), ŠUNKA KRÁLOVSKÁ - 100 g, FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), PAPRIKA**2, 9S**CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), ŠUNKA KRÁLOVSKÁ - 100 g, FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), MRKEV***SVAČINA: PUDINK - 1 ks/9+9S – DIA (7,12)*** |
| **ne****12.1.** | **3, 2**CROISSANT S BÍLOU POLEVOU 2 KS (1a, 3, 7, 12), GRANKO (7), NÁPOJ CELODENNÍ (12)**9, 9s**CROISSANT - 2 ks (1a, 3, 7, 12), DŽEM DIA PORCOVANÝ 20 g - 1 ks (12), KAKAO DIA (7), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **Varianta 1 (Varianta 1)****3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI*****POL. SLEPIČÍ S NUDLEMI-SLEPICE (1a, 3, 7, 9, 12),*** KUŘECÍ STEAK NA MÁSLE 150G(7, 9,12), BRAMBORY VAŘENÉ S PAŽITKOU (12), SALÁT RAJČATOVÝ | **Varianta 2** **3, ZAM, CIZI*****POL. SLEPIČÍ S NUDLEMI-SLEPICE (1a, 3, 7, 9, 12),*** BRAMBORY SE SLANINOU A CIBULKOU (12), MLÉKO KYSELÉ/400ML (7) | **3, 9**CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POM. ČESNEKOVÁ 1 KS (7)**2, 9S**VEKA (1a, 3, 7), POM. SÝROVÁ-večeřová (7) ***SVAČINA: OPLATEK/9+9S – DIA (1, 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 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    |