

Jídelní lístek B

od 7.10.2024 do 13.10.2024

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

	Snídaně	Oběd	Večeře
po 7.10.	3,9 CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), POM. MRKVOVÁ (3, 7, 12), CARO S MLÉKEM (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) 2, 9S ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), POM. MRKVOVÁ (3, 7, 12), CARO S MLÉKEM (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA /9+9S – DIA (12)	Varianta 1 (Varianta 1) 3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI POL. BRAMBORAČKA ČIRÁ (9, 12), HOVĚZÍ PEČENĚ MYSLIVECKÁ (1a, 7, 9, 12), KNEDLÍK (1a, 3, 7, 12)	3, 9 VEKA GRAHAMOVA, SYR COTTAGE 1 KS (7), POREK 2, 9S VEKA (1a, 3, 7), SYR COTTAGE 1 KS (7), MRKEV-PŘÍZDOBBA SVAČINA: OVOCE
út 8.10.	3, 9 CHLÉB ŽITNÝ - 150 g (1a, 1d, 3, 7, 12), DEBRECÍNKA 70 g (12), MÁSLA PORCOVANÉ - 1 KS (7), ČIŇSKÉ ZELÍ- PŘÍZDOBBA (12), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) 2, 9S HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), SALÁM JUNIOR - 70 g (12), MÁSLA PORCOVANÉ - 1 KS (7), ČIŇSKÉ ZELÍ- PŘÍZDOBBA (12), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)	Varianta 1 (Varianta 1) 3, 9, ZAM, CIZI POL. ZELENINOVÁ S KUSKUSEM bez mléka (1a, 3, 9, 12), KRUTÍ PLÁTEK S HERMELÍNEM A OLIVAMI 150G (1a, 7, 12), BRAMBOROVÁ KAŠE S PAŽITKOU (7, 12), SALÁT OKURKOVÝ S JOGURTEM (7) 2, 9S POL. ZELENINOVÁ S KUSKUSEM bez mléka (1a, 7, 9, 12), KRUTÍ PLÁTEK SE SYREM 150G (1a, 7), BRAMBOROVÁ KAŠE S PAŽITKOU (7, 12), SALÁT HLÁVKOVÝ (12)	3, 2, 9, 9S RIZOTO Z VEPŘOVÉHO MASA (7, 9, 12), RAJČATA - 100 g SVAČINA: ČOKOLÁDOVÝ DEZERT-KRÉM /9+9S- OVOCNĚ PYRÉ / JAHODA S PIŠKOTY (1a, 3, 7, 12)
st 9.10.	3, 9 CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POM. TUŇÁKOVÁ (4, 7, 10, 12), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) 2, 9S ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), POM. TUŇÁKOVÁ (4, 7), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA /9+9S – DIA (12)	Varianta 1 (Varianta 1) 3, 9, ZAM, CIZI POL. HRŠIBOVÁ (1a, 9, 12), PREJIT 150 g jitr. + jelit., ZELÍ KYSANÉ DUŠENÉ (1a, 12), BRAMBORY VAŘENÉ (12), BIRREL 1 KS 2, 9S POL. ŽAMPIONOVÁ žerst. (1a, 7, 12), HOVĚZÍ ROŠTĚNÁ PŘIRODNÍ 150G (1a), RÝŽE DUŠENÁ, KOMPOT HRUŠKOVÝ DIA (12), BIRREL 1 KS	3, 9 CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), SYR LACKY DAMER PLÁTKY - 100 g, RAMA - 30 g (7), OKURKA ČERSTVÁ 2, 9S CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), SYR LACKY DAMER PLÁTKY - 100 g, RAMA - 30 g (7), RAJČATA SVAČINA: JOGURT /9+9S – DIA (3, 5, 6, 7, 8b, 8c, 12)
čt 10.10.	3, 9 CHLÉB ŽITNÝ - 150 g (1a, 1d, 3, 7, 12), JÁTROVKA 100 g (12), PAŽITKA-PŘÍZDOBBA, VITAKÁVA (7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) 2, 9S HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), PASTIKA DRŮBEŽÍ - 1 kus (12), MRKEV-PŘÍZDOBBA, VITAKÁVA (7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)	Varianta 2 3, ZAM, CIZI POL. PORKOVÁ (1a, 3, 9, 12), SELSKÁ OMELETA (3, 7), BRAMBORY GURMÁNSKÉ -VAŘENÉ (7), SALÁT MRKVOVÝ (12)	3, 9 CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), POL. GULÁŠOVÁ - VEČEŘE (1a, 9, 12) 2, 9S VEKA (1a, 3, 7), POL. GULÁŠOVÁ dietní- VEČEŘE (1a, 12) SVAČINA: OVOCNÁ KRABÍČKA 1 KS
pá 11.10.	3, 9 CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), VEJCE NA TVRDO - 2 ks (3), MÁSLA - 30 g (7), SCHERRY, CARO S MLÉKEM (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) 2, 9S VEKA (1a, 3, 7), VEJCE NA TVRDO - 2 ks (3), MÁSLA - 30 g (7), SCHERRY, CARO S MLÉKEM (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA /9+9S – DIA (12)	Varianta 2 3, ZAM, CIZI POL. CIZRNOVA KREMOVA (1, 3, 6, 7, 9, 12), VEPŘ. STEAK – Z KRKOVICE BEZ MOUKY 150g (9, 12), AMERICKÉ BRAMBORY (12), OBLOHA 2 čerstvá (12), TATARSKÁ OMAČKA - 1 ks 30 g (3, 7)	3, 9 VEKA GRAHAMOVA, ŠUNKA MEDOVÁ - 100 g (12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), PAPIRKA 2, 9S CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), ŠUNKA MEDOVÁ - 100 g (12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), RAJČATA SVAČINA: OVOCE

Jídelní lístek B

od 7.10.2024 do 13.10.2024

	Snídaně	Oběd	Večeře
SO 12.10.	3,9 HOUSKA Iněňka 2 ks (1a, 1b, 1c, 1d, 7, 8, 12), LUCINA ŽERVÉ 1 ks (7), PAŠTIKA 1 ks - MINI (12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), PAŽITKA-PŘÍZDOBA, KÁVA BILÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) 2, 9S HOUSKA 2 ks (1a, 3, 7, 11, 12), LUCINA ŽERVÉ (7), PAŠTIKA 1 ks - MINI (12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), PAŽITKA-PŘÍZDOBA, KÁVA BILÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)	Varianta 1 (Varianta 1) 3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI POL. POHANKOVA S BBRAMBOREM (9, 12), VEPŘOVÁ POL. POHANKOVA S BBRAMBOREM (9, 12), LEČO PLEC BRATISLAVSKÁ (1a, 7, 9, 12), KINEDLIK HOUSKOVÝ SE SALÁMEM (3, 12), CHLĚB - 120 g (1a, 3, 12) (1a, 3, 7, 12)	3, VEKA (1a, 3, 7), SALÁT VILAŠSKÝ 1 ks (6, 7, 9, 12) 9 VEKA GRAHAMOVA, SALÁT VILAŠSKÝ 1 ks (12) 2,9S VEKA (1a, 3, 7), SYROVÁ ROLÁDA - 120g (3, 7) SVAČINA – MLEČNÝ DEZERT-SKÝR (7, 12)
ne 13.10.	3, 2 KOLAČ - 2 ks (1a, 3, 7, 12), KAKAO (7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) 9, 9S LOUPÁK - 2 ks (1a, 3, 7), KAKAO DIA (7), NÁPOJ CELODENNÍ (12)	Varianta 1 (Varianta 1) 3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI POL. DRŮBEŽÍ VÝVAR S NUDL.Z masa (1a, 3, 7, 9, 12), LOSOS 150G SE ZELEINOU VIP. NA MÁSLĚ (4, 7, 9, 12), BRAMBORY GURMÁNSKÉ – VARENÉ (7)	3, 9 CHLĚB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), KRUTÍ MASO S VEJCI - 1 ks (3, 9, 12), MÁSLŮ POR. - 1 ks (7), SCHERRY 2, 9S CHLĚB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), KRUTÍ MASO S VEJCI - 1 ks (3, 9, 12), MÁSLŮ PORC. - 1 ks (7), SCHERRY SVAČINA: PUDINK - 1 ks/9+9S – DIA (7,12)

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 šetřici, diabetické ani mleté úpravě, proto není vhodná pro diety 2, 9, 9s, G.

Svačina odpolední je započtena v ceně večeře. Při odhlášení večeří jsou zároven odhlášeny svačiny. PŘESNÍDÁVKA dopolední je započtena v ceně snídání. Při odhlášení snídání jsou zároven 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 pokrmu 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 - *Kofeni, dochucovadla a jiné pokrmy mají alergen 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 CIZÍCH 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