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

|  | **Snídaně** | **Oběd** | | | **Večeře** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **po**  **7.7.** | **3, 9**  ROHLÍK GRAHAMOVÝ - 2 ks (1a, 3, 7), SÝR TAVENÝ-50g (7), MÁSLO - 30 g (7), ŘEDKEV BÍLÁ, CARO S MLÉKEM (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9S**  HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), SÝR TAVENÝ-50g (7), MÁSLO - 30 g (7), ŘEDKEV BÍLÁ, CARO S MLÉKEM (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  ***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA - 1 Ks /9+9s-dia (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 2, ZAM, CIZI**  ***POL. ŠPENÁTOVÁ (1a, 3, 7, 9, 12),*** VEPŘOVA PANENKA NA BYLINKÁCH 150G (1a,9,), TĚSTOVINY PŘÍLOHOVÉ-BAREVNÉ, KOMPOT DÝŇOVÝ+ANANAS (12)  **9, 9s**  ***POL. ŠPENÁTOVÁ (1a, 3, 7, 9, 12),*** VEPŘOVA PANENKA NA BYLINKÁCH 150G (1a,9), TĚSTOVINY PŘÍLOHOVÉ-BAREVNÉ, KOMPOT JABLKOVÝ DIA (12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. ŠPENÁTOVÁ (1a, 3, 7, 9, 12),*** KUSKUS S KUŘECÍM MASEM A ŽAMPIONY (1a, 6, 7, 9, 12), OKURKA STERILOVANÁ (12) |  | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), TUŇÁK KONZERVA 1 KS (4), MÁSLO - 30 g (7), ČÍNSKÉ ZELÍ-PŘÍZDOBA (12)  **2, 9S**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), TUŇÁK KONZERVA (4), MÁSLO - 30 g (7), ČÍNSKÉ ZELÍ-PŘÍZDOBA (12)  ***SVAČINA: OVOCE-LETNÍ*** |
| **út**  **8.7.** | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), POM. VAJEČNÁ (3, 7, 10, 12), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9S**  ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), POM. VAJEČNÁ (3, 7), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12),  ***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA - 1 Ks /9+9s-dia (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. FAZOLOVÁ S PÁRKEM (1a, 9, 12),*** KUŘECÍ ŘÍZEK SMAŽENÝ - 150 g (1a, 3, 7), BRAMBOROVÁ KAŠE (7, 12), SALÁT MRKVOVÝ (12)  **2, 9s**  ***POL. Z FAZOL.LUSKU NAKYSELO (1a, 7,9, 12),*** KUŘECÍ PLÁTEK PŘÍRODNÍ ( 7,9,), BRAMBOROVÁ KAŠE (7, 12), SALÁT MRKVOVÝ (12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. FAZOLOVÁ S PÁRKEM (1a, 9, 12)***, POHANKOVÁ KAŠE S OVOCEM (7, 12), OVOCE | **Varianta 3**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. FAZOLOVÁ S PÁRKEM (1a, 9, 12),*** SALÁT ŠOPSKÝ, ROHLÍK GRAHAMOVÝ - 2 ks (1a, 3, 7) | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), LUČINA – vanicka 1 KS (7), SCHERRY  **2, 9S**  VEKA (1a, 3, 7), LUČINA – vanicka 1 KS (7), SCHERRY  ***SVAČINA: OPLATEK /9+9S – DIA ()1,3,5,6,7,8,12)*** |
| **st**  **9.7.** | **3, 2**  PEČENÁ BUCHTA – JOGURTOVNÍK (1a, 3, 7,8,12), 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)  ***PŘESNÍDÁVKA: JOGURT/9+9S – DIA (3, 5, 6, 7, 8b, 8c, 12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. SÝROVÁ S KAPÁNÍM (1a, 3, 7, 9, 12),*** RIZOTO Z VEPŘOVÉHO MASA (7, 9,12), SALÁT ZELENINOVÝ MÍCHANÝ  **2, 9s**  ***POL. SÝROVÁ S KAPÁNÍM (1a, 3,9, 7),*** RIZOTO Z VEPŘOVÉHO MASA (7, 9,12), SALÁT ZELENINOVÝ MÍCHANÝ-dietní (12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. SÝROVÁ S KAPÁNÍM (1a, 3, 7, 9, 12),*** GNOCHY ZAPÉKANÉ SE SÝREM, VEJCEM A ŽAMPIONY (1a, 3, 7, 12), SALÁT ZELENINOVÝ MÍCHANÝ |  | **3, 9, 2, 9S**  OBLOŽENÉ CHLEBÍČKY – SÝROVÉ NA MÁSLE 3 ks (1a, 3,7, 6, 12)  ***SVAČINA: Pudink DĚLANÝ S PIŠKOTY /9+9S – DIA (1a, 3, 6, 7)*** |
| **čt**  **10.7.** | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 1d, 3, 7, 12), SÝR EIDAM PLATKOVÝ 35 g (7), ŠUNKA - 35 g (12), MÁSLO - 30 g (7), PAŽITKA-PŘÍZDOBA, KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9S**  HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), SÝR EIDAM PLATKOVÝ 35g (7), ŠUNKA - 35 g (12), MÁSLO - 30 g (7), PAŽITKA-PŘÍZDOBA, KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  ***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA - 1 Ks /9+9s-dia (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. HOVĚZÍ VÝV.SE SMAŽ.HRÁŠ. Z masa (9, 12),*** HOVĚZÍ DUŠENÉ V MRKVI (1a,7,9), BRAMBORY GURMÁNSKÉ (7)  **2, 9s**  ***POL. HOVĚZÍ VÝVAR S NUDL.Z masa (1a, 3, 7, 9),*** HOVĚZÍ DUŠENÉ V MRKVI (1a, 7, 9,12), BRAMBORY GURMÁNSKÉ (7) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. HOVĚZÍ VÝV.SE SMAŽ.HRÁŠ. Z masa (9, 12),*** LEČO SE SALÁMEM (3, 9, 12), CHLÉB ŠUM.- 120 g (1a, 3, 7, 12) | **Varianta 3**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. HOVĚZÍ SE SMAŽ. HRÁŠKEM (9, 12),*** TEST.SAL. S KUŘ.MAS. + ZELENINA ČERSTVÁ (1a, 3, 7, 10, 12) | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 7, 12), POM. MAKRELOVÁ – VEČEŘE (3, 4, 7, 10, 12)  **2, 9S**  VEKA (1a, 3, 7), POM. RYBÍ-VEČEŘOVÁ (4, 7)  ***SVAČINA: OVOCE-LETNÍ*** |
| **pá**  **11.7.** | **3, 9**  CHLÉB ŽITNÝ- 150 g (1a, 3, 7, 12), POM. TVAROHOVÁ S BYLIN.A SÝREM (7, 12), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9S**  ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), POM. TVAROHOVÁ S BYLIN.A SÝREM (7, 12), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  ***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA - 1 Ks /9+9s-dia (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. KAPUSTOVÁ S PAPRIKOU, BRAMBOREM A KLOBÁSKOU (1, 1a, 6, 9, 12),*** DUKÁTOVÉ BUCHTIČKY S KREMEM /**9- DIA** (1a, 3, 6, 7, 12)  **2, 9s**  ***POL. ZELNAČKA SE SALÁMEM DIETNÍ (1a, 9,12),*** DUKÁTOVÉ BUCHTIČKY S KREMEM /**9S- DIA** (1a, 3, 6, 7, 12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. KAPUSTOVÁ S PAPRIKOU, BRAMBOREM A KLOBÁSKOU (1, 1a, 6, 9, 12),*** MEDOVÉ KOTLETY S PIVEM (7), VLNKY (12), OBLOHA /čerstvá zelenina/, TATARKA 1 KS (3,7,12) |  | **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: OVOCE- LETNÍ*** |
| **so**  **12.7.** | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), KRAJ. JUNIOR - 75 g (1, 12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), SCHERRY, KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9S**  HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), KRAJ. JUNIOR - 75 g (1, 12), FLORA PORCOVANÁ 20 g - 1 ks (12), SCHERRY, KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  ***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA - 1 Ks /9+9s-dia (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI**  ***POL. ZELENINOVÁ S KUSKUSEM (1a, 3, 7, 9, 12),*** VEPŘOVÝ KOTLET PŘÍRODNÍ 120G (1a, 7,9), FAZOLOVÉ LUSKY NA MÁSLE (1a, 7, 9, 12), BRAMBORY VAŘENÉ (12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. ZELENINOVÁ S KUSKUSEM (1a, 3, 7, 9, 12),*** ŠPAGETY BOLOŇSKÉ-NOVÉ (1a, 3, 7,9, 12) |  | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), SÝR ŽERVÉ 1KS (7), RAMA - 30 g (7), PAŽITKA-PŘÍZDOBA  **2, 9S**  VEKA (1a, 3, 7), SÝR ŽERVÉ 1 KS (7), RAMA - 30 g (7), PAŽITKA-PŘÍZDOBA  ***SVAČINA: MLÉČNÝ DEZERT/9+9S – DIA (3, 5, 6, 7, 8b, 8c, 12)*** |
| **ne**  **13.7.** | **3, 2**  ROHLÍK SLADKÝ - 2 ks (1a, 3, 7), MÁSLO - 30 g (7), KAKAO (7, 12), 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) ***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA - 1 Ks /9+9s-dia (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI**  ***POL. SLEPIČÍ S PÍSMENKY-SLEPICE (1a, 3, 9, 12),*** RYBA TRESKA SE ZELENINOU VIP. NA MÁSLE (4, 7, 9, 12), BRAMBOROVÁ KAŠE S PAŽITKOU (7, 12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. SLEPIČÍ S PÍSMENKY-SLEPICE (1a, 3, 9, 12),*** ŠPECLE SE ZELÍM A UZENÝM (STRAPACKY) (1a, 3, 7, 9, 12) |  | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), PAŠTIKA DRŮBEŽÍ 100 g (12), MÁSLO PORCOVANÉ - 1 KS (7), POREK  **2, 9S**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), PAŠTIKA DRŮBEŽÍ 100 g (12), MÁSLO PORCOVANÉ - 1 KS (7), MRKEV  ***SVAČINA: OVOCE-LETNÍ*** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **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 |