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

|  | **Snídaně** | **Oběd** | | **Večeře** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **po**  **9.12.** | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), SÝR DUKO (7), MÁSLO - 30 g (7), PAŽITKA, KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9S**  ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), SÝR DUKO (7), MÁSLO - 30 g (7), PAŽITKA, KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) ***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA /9+9S – DIA (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. BRAMBORAČKA (1a, 9, 12),*** PREJT 150 g jitr. + jelit., ZELÍ KYSANÉ DUŠENÉ (1a,9, 12), BRAMBORY VAŘENÉ  **2, 9s**  ***POL. BRAMBORAČKA (1a, 9, 12),*** PALAČINKY SE ŠPENÁTEM SYPANÉ SÝREM-3KS (1,3,7,9), RAJČATA - 100 g | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. BRAMBORAČKA (1a, 9, 12),*** PALAČINKY SE ŠPENÁTEM SYP.SÝREM-3KS (1,3,7,9,), RAJČATA - 100 g | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), SÝR KROLEWSKI - 100G (7), RAMA - 30 g (7), ČÍNSKÉ ZELÍ-PŘÍZDOBA (12)  **2,9S**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), SÝR KROLEWSKI - 100G (7), RAMA - 30 g (7), ČÍNSKÉ ZELÍ-PŘÍZDOBA (12)  ***SVAČINA: OVOCE*** |
| **út**  **10.12.**  **Teplá večeře!** | **3, 2**  PEČENÁ BUCHTA (1a, 3, 7), KAKAO (7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **9, 9s**  KOLÁČ DIA - 2 KS (1a, 3, 7, 12), KAKAO DIA (7), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI**  ***POL. Z FAZOL.LUSKU NA KYSELO (1a, 7, 9, 12),*** VEPŘOVÝ GULÁŠ DEBRECÍNSKÝ (1a, 6,9,), TĚSTOVINY PŘÍLOHOVÉ (1a, 3) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. Z FAZOL.LUSKU NAKYSELO (1a, 7, 9, 12),*** HOVĚZÍ ROLÁDA PEČENÁ (1a, 3, 7, 12), BRAMBORY VAŘENÉ (12), SALÁT ZELENINOVÝ MÍCHANÝ | **3, 9**  BRAMBORY SE SLANINOU A CIBULKOU – VEČEŘE (12), MLÉKO KYSELÉ/400ML (7)  **2, 9S**  BRAMBORY ŠŤOUCHANÉ S MÁSLEM-VEČEŘE (7, 12), MLÉKO KYSELÉ/400ML (7)  ***SVAČINA: OVOCNÉ PYRÉ/ MERUNKA S PIŠKOTY/9+9S – DIA (1a, 3, 7)*** |
| **st**  **11.12.** | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), VEJCE NA TVRDO - 2 ks (3), MÁSLO - 30 g (7), PAŽITKA-PŘÍZDOBA, KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9S**  HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), VEJCE NA TVRDO - 2 ks (3), MÁSLO - 30 g (7), PAŽITKA-PŘÍZDOBA, KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) ***PŘESNÍDÁVKA: VÝŽIVA /9+9S – DIA (12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI**  ***POL. RAJČATOVÁ S krupic.nočky-DĚLANÉ (1a, 3, 7, 9, 12),*** SEKANÝ ŘÍZEK SE SÝREM (HOLANDSKÝ) (1a, 3, 7), BRAMBORY VAŘ.S MÁSLEM příloha (7, 12), ČERVENÁ ŘEPA - čerstvá (12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. RAJČATOVÁ S krupic.nočky-DĚLANÉ (1a, 3, 7, 9, 12),*** POHANKOVÁ KAŠE S OVOCEM (7, 12), OVOCE | **3, 9**  CHLÉB ŽITNÝ - 150 g (1a, 1d, 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: JOGURT/9+9S – DIA (3, 5, 6, 7, 8b, 8c, 12)*** |
| **čt**  **12.12.**  **Teplá večeře!** | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), POM. RYBÍ S TOMATEM (4, 7), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9s**  ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), POM. RYBÍ S TOMATEM (4, 7), KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12) | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI**  ***POL. SLEPIČÍ S NUDLEMI-SLEPICE (1a, 3, 7, 9, 12),*** KUŘE ZADĚLÁVANÉ 2 (1a, 7, 9), KNEDLÍK (1a, 3, 7, 12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. SLEPIČÍ S NUDLEMI-SLEPICE (1a, 3, 7, 9, 12),*** Hovězí pečeně zbojnická (1a), RÝŽE JASMÍNOVÁ, OKURKA STERILOVANÁ (12) | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), GULÁŠ BRAMBOROVÝ SE SALÁMEM-VEČEŘE (1a, 9, 12)  **2, 9S**  ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), GULÁŠ BRAMBOROVÝ SE SALÁMEM-VEČEŘE (1a, 7, 9, 12)  ***SVAČINA: OVOCE*** |
| **pá**  **13.12.** | **3, 9**  CHLÉB - 150 g (1a, 3, 12), POM. TVAROHOVÁ S EIDAMEM A BYLIN (7), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9S**  HOUSKA 2 KS (1a, 3, 7, 11, 12), POM. TVAROHOVÁ S EIDAMEM A BYLIN (7), KÁVA BÍLÁ (1b, 1d, 7, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  ***PŘESNÍDÁVKA: ACTIVIA MLÉKO 1 KS (7,12)*** | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. DRŠŤKOVÁ (1a, 9, 12),*** KYNUTÉ KNEDLÍKY S OVOCEM SYP.MÁKEM/**9- DIA** (1, 3, 7, 12)  **2, 9s**  ***POL. KRKONOŠSKÁ CIBULAČKA DIETNÍ (3, 9, 12),*** KYNUTÉ KNEDLÍKY S OVOCEM /**9S-DIA** (1, 3, 7, 12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. DRŠŤKOVÁ (1a, 9, 12),*** VEPŘOVÝ ŘÍZEK BRNĚNSKÝ (1a, 3, 7, 12), BRAMBORY GURMÁNSKÉ (7), OBLOHA /čerstvá zelenina/ | **3, 9**  CHLÉB ŠUMBARSKÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), SEKANÁ PEČENĚ - 150g, HOŘČICE - 20 g (10, 12), OKURKA STERILOVANÁ (12)  **2,9S**  CHLÉB TOUSTOVÝ - 150 g (1a, 3, 7, 12), SEKANÁ PEČENĚ - 150g, ČÍNSKÉ ZELÍ-PŘÍZDOBA (12)  ***SVAČINA: OVOCNÁ KRABIČKA 1 KS*** |
| **so**  **14.12.** | **3, 9**  ROHLÍK GRAHAMOVÝ - 2 ks (1a, 3, 7), PAŠTIKA 1 KS - MALÁ DRŮBEŽÍ (12), MÁSLO PORCOVANÉ - 1 KS (7), RAJČATA, KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELODENNÍ (12)  **2, 9s**  ROHLÍK - 2 ks (1a, 3, 7), PAŠTIKA 1 KS - MALÁ DRŮBEŽÍ (12), MÁSLO PORCOVANÉ - 1 KS (7), RAJČATA, KÁVA CARO (1b, 1d, 12), NÁPOJ CELO. (12) | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, 2, 9s, ZAM, CIZI**  ***POL. HRSTKOVÁ (1a, 9, 12),*** VEPŘOVÁ PEČENĚ PEČENÁ 100G, MRKEV DUŠENÁ (1a, 7, 12), BRAMBORY VAŘENÉ (12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. HRSTKOVÁ (1a, 9, 12),*** BRAMBORY Zapečené s NIVOU (3, 7, 9,12), KOMPOT HRUŠKOVÝ (12) | **3, 9**  OBLOŽENÉ CHLEBÍČKY exklusive- 3 ks (1a, 3, 6, 12), PUDINK - 1 ks (7)  **2,9S**  OBLOŽENÉ CHLEBÍČKY ŠUNKOVÉ S  MÁSLEM /3 ks (1a, 3, 6, 12)  ***SVAČINA: PUDINK - 1 ks /9+9S – DIA (7, 12)*** |
| **ne**  **15.12.** | **3, 2**  ROHLÍK SLADKÝ - 2 ks (1a, 3, 7), MÁSLO - 30 g (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) | **Varianta 1 (Varianta 1)**  **3, 9, ZAM, CIZI**  ***POL. HOVĚZÍ VÝV.SE SMAŽ.HRÁŠ. Z masa (9, 12),*** HOVĚZÍ ROŠTĚNÁ PŘÍRODNÍ 120G (1a), RÝŽE ŠUNKOVÁ (7, 12), SALÁT RAJČATOVÝ  **2, 9s**  ***POL. HOV.VÝVAR S PÍSMENKY Z masa (1a, 3, 9, 12),*** HOVĚZÍ ROŠTĚNÁ PŘÍRODNÍ 120G (1a, 7), RÝŽE ŠUNKOVÁ (7, 12), SALÁT RAJČATOVÝ (12) | **Varianta 2**  **3, ZAM, CIZI**  ***POL. HOVĚZÍ VÝV.SE SMAŽ.HRÁŠ. Z masa (9, 12),*** GNOCHY S POVIDLOVOU OM. A MÁKEM (1a, 3, 7, 12), OVOCE | **3, 9**  VEKA GRAHAMOVA, SÝR COTTAGE 1 KS (7), OKURKA ČERSTVÁ  **2, 9S**  VEKA (1a, 3, 7), SÝR COTTAGE 1 KS (7), MRKEV-PŘÍZDDOBA  ***SVAČINA: ZÁKUSEK /9+9S – DIA (1a, 3, 5, 6, 7, 8, 12)*** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **PITNÝ RÉŽIM JE ZAJIŠTĚNÝ V JÍDELNĚ FORMOU VÝBĚRU ZE SEDMI DRUHŮ NÁPOJŮ + AUTOMAT NA DŽUSY A ČISTOU VODU. 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 |