

JÍDELNÍ LÍSTEK NA OBDOBÍ OD 13.01.2020 DO 19.01.2020

		Snídaně	Přesnídávka	Oběd	Svačina	Večeře
Po 13.1.	3	+ SN- čaj,káva - pondělí (Obsahuje: 1, 7), + Mléko 0,25 l (Obsahuje: 7), + Pečivo ke snídani (Obsahuje: 1), + Máslo porcované 1ks (Obsahuje: 7)	+ Sýr žervé lučina 1 ks, + Pečivo k přesnídávce (Obsahuje: 1), + Rajčata/ pro mleté-rajčatová šťáva 1dl	Varianta 1 + Polévka cibulačka (Obsahuje: 1, 3), + Vepřová plec po selsku (Obsahuje: 1), + Brambory opékáné, + Salát zelný s křenem a jablky Varianta 2 + Polévka cibulačka (Obsahuje: 1, 3), + Gnocchi pikantní (bramb. noky,smetanova omáčka s kuřecím masem) (Obsahuje: 1)	Varianta 1 + Obložený chlebiček 1ks (Obsahuje: 1, 3, 7, 10) Varianta 2 + Přesnídávka ovocná 1ks	Varianta 1 + Bramb.šišky (těsto) s mákem (Obsahuje: 1, 3, 7) Varianta 2 a mletá + Pomazánka z peč. králíčího masa 100g (Obsahuje: 10), + Toust.chléb Tmavý 3x (Obsahuje: 1)
Út 14.1.	3	+ SN- čaj,káva - út, pá (Obsahuje: 1, 7), + Mléko 0,25 l (Obsahuje: 7), + Pečivo ke snídani (Obsahuje: 1)	+ Pomazánka sicilská 50g (Obsahuje: 7), + Pečivo k přesnídávce (Obsahuje: 1)	Varianta 1 + Polévka hovězí s krupicovými nočky (Obsahuje: 1, 3, 7, 9), Osrdí na smetaně ("pajšlovka") (Obsahuje: 1, 7, 9), + Knedlíky houskové (Obsahuje: 1) Varianta 2 + Polévka hovězí s krupicovými nočky (Obsahuje: 1, 3, 7, 9), Vepřenky s cibulí (Obsahuje: 1, 10), + Brambory 200g (šťouchané pro mleté)	Varianta 1 + Měkký piškotový snack Varianta 2 + Ovoce	Varianta 1 + Pomazánka z kuřecích jater 100g (Obsahuje: 10), + Toust.chléb Světlý 3x (Obsahuje: 1) Varianta 2 + Ševcovský mls (salát-salám,zelí), + Chléb 2ks (cca 100g) (Obsahuje: 1)
St 15.1.	3	+ SN- čaj ,káva - středa (Obsahuje: 7), + Mléko 0,25 l (Obsahuje: 7), + Pečivo ke snídani (Obsahuje: 1), + Máslo porcované 1ks (Obsahuje: 7)	+ Šunkový salám 50g, + Pečivo k přesnídávce (Obsahuje: 1)	Varianta 1 Polévka Ragů (Obsahuje: 1, 3, 7, 9), + Hanácký vdolek (Obsahuje: 1, 3, 7, 12) Varianta 2 Polévka Ragů (Obsahuje: 1, 3, 7, 9), + Celer smažený (Obsahuje: 1, 3, 7, 9), + Brambory 200g (šťouchané pro mleté), + Omáčka tatarská (Obsahuje: 7, 10)	+ Ovocná přesnídávka - jablko+jahody	Varianta 1 + Salát Coleslaw se šunkou 200g (Obsahuje: 9), + Rohlík 2ks (Obsahuje: 1) Varianta 2 a bezmléčná + Pomazánka z pečeného rybiho filé 100g (Obsahuje: 4), + Toust.chléb Tmavý 3x (Obsahuje: 1)

Čt 16.1.	3	Snídaně	Přesnídávka	Oběd	Svačina	Večeře
		+ SN- čaj,kakao - čtvrtek (Obsahuje: 7), + Mléko 0,25 l (Obsahuje: 7), + Pečivo ke snídani (Obsahuje: 1), + Kakao 0,25 l (Obsahuje: 7), + Máslo porcované 1ks (Obsahuje: 7)	+ Tvarohový hřeben 1 ks	Varianta 1 + Polévka italská (Obsahuje: 1), + Karbanátek smažený (Obsahuje: 1, 3, 7), Bramborový salát s majonézou (Obsahuje: 10) Varianta 2 + Polévka italská (Obsahuje: 1), + Kuřecí asijská směs (Obsahuje: 3), + Bulgur vařený	+ Banán se šlehačkou a čokoládou	Varianta 1 + Brambory s cibulkou - večeře, + Kefír/Kyška 0,25 l (Obsahuje: 7) Varianta 2 + Pomazánka z šunky 100g, + Toust.chléb Tmavý 3x (Obsahuje: 1)
Pá 17.1.	3	Snídaně	Přesnídávka	Oběd	Svačina	Večeře
		+ SN- čaj,káva - út, pá (Obsahuje: 1, 7), + Mléko 0,25 l (Obsahuje: 7), + Pečivo ke snídani (Obsahuje: 1)	+ Míchaná vejce 2ks (Obsahuje: 3, 7), + Pečivo k přesnídávce (Obsahuje: 1)	Varianta 1 Polévka zeleninová s pohankou (Obsahuje: 3, 9), + Krůtí prsa přírodní (Obsahuje: 1, 7), + Kuskus (Obsahuje: 1), + Salát z červené řepy Varianta 2 Polévka zeleninová s pohankou (Obsahuje: 3, 9), + Závin listový jablečný (Obsahuje: 1, 3)	Jablkový dezert (Obsahuje: 1, 6, 7)	Varianta 1 + Plátkový sýr 100g, máslo porcované 10g (Obsahuje: 7), + Chléb 2ks (cca 100g) (Obsahuje: 1) Varianta 2, mletá a bezmléčná + Drůbeží paštika 100g, + Flora porce 20g, + Toust.chléb Tmavý 3x (Obsahuje: 1)
So 18.1.	3	Snídaně	Přesnídávka	Oběd	Svačina	Večeře
		+ SN- čaj ,káva - sobota (Obsahuje: 7), + Mléko 0,25 l (Obsahuje: 7), + Pečivo ke snídani (Obsahuje: 1), + Máslo porcované 1ks (Obsahuje: 7)	+ Sýr trojúhelník 1 ks, + Pečivo k přesnídávce (Obsahuje: 1)	Varianta 1 + Polévka kulajda (Obsahuje: 1, 3), + Vepřové výpečky (z plece) (Obsahuje: 1), + Dušená mrkev s hráškem (Obsahuje: 1), + Brambory 200g (šťouchané pro mleté) Varianta 2 + Polévka kulajda (Obsahuje: 1, 3), Kuřecí plátek po cikánsku, + Rýže dušená	+ Ovocná kapsička 1 ks	Varianta 1 + Pomazánka z šunk.salámu 100g, + Rajčata/ pro mleté- rajčatová šťáva 1dl, + Toust.chléb Tmavý 3x (Obsahuje: 1) Varianta 2 + Sýrová roláda 100g (Obsahuje: 3, 7), + Chléb 2ks (cca 100g) (Obsahuje: 1)
Ne 19.1.	3	Snídaně	Přesnídávka	Oběd	Svačina	Večeře
		+ Kakao 0,25 l (Obsahuje: 7), + Mléko 0,25 l (Obsahuje: 7), + Pečivo ke snídani (Obsahuje: 1), + SN- čaj,kakao - neděle (Obsahuje: 1, 7), + Máslo porcované 1ks (Obsahuje: 7)	+ Vánočka 100g (Obsahuje: 1, 3, 7, 8)	Varianta 1 + Polévka slepičí s nudlemi (Obsahuje: 9), Vepřový plátek novohradský (Obsahuje: 1), + Rýže dušená Varianta 2 + Polévka slepičí s nudlemi (Obsahuje: 9), + Hovězí dušené na pepři (Obsahuje: 1), + Brambory 200g (šťouchané pro mleté)	Táč ovocný s drobenkou (Obsahuje: 1, 3, 7)	Varianta 1 + Smetanový čerstvý sýr, + Máslo porcované 1ks (Obsahuje: 7), + Chléb 2ks (cca 100g) (Obsahuje: 1) Varianta 2 a bezmléčná + Pomazánka sardinková 100g (Obsahuje: 10), + Toust.chléb Tmavý 3x (Obsahuje: 1)



Centrum sociálních služeb Prostějov p.o.

Lidická 86

796 01 Prostějov

Změna jídelního lístku vyhrazena. Pokrmy jsou určeny k bezprostřední konzumaci. Čaj je k dispozici po celý den. (norma na osobu : čaj - 0,3 l , mléko - 0,25 l) Strava vhodná pro diety 1,2,9/2 zohledňuje specifika těchto diet.

Vypracovala Renata Sekaninová:

.....