

## JÍDELNÍ LÍSTEK NA OBDOBÍ OD 13.01.2020 DO 19.01.2020

		Snídaně	Přesnídávka	Oběd	Svačina	Večeře
<b>Po</b> <b>13.1.</b>	<b>3</b>	+ 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	<b>Varianta 1</b> + Polévka cibulačka (Obsahuje: 1, 3), + Vepřová plec po selsku (Obsahuje: 1), + Brambory opékáné, + Salát zelný s křenem a jablky <b>Varianta 2</b> + Polévka cibulačka (Obsahuje: 1, 3), + Gnocchi pikantní ( bramb. noky,smetanova omáčka s kuřecím masem) (Obsahuje: 1)	<b>Varianta 1</b> + Obložený chlebíček 1ks (Obsahuje: 1, 3, 7, 10) <b>Varianta 2</b> + Přesnídávka ovocná 1ks	<b>Varianta 1</b> + Bramb.šišky (těsto) s mákem (Obsahuje: 1, 3, 7) <b>Varianta 2 a mletá</b> + Pomazánka z peč. králičího masa 100g (Obsahuje: 10), + Toust.chléb Tmavý 3x (Obsahuje: 1)
<b>Út</b> <b>14.1.</b>	<b>3</b>	+ 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)	<b>Varianta 1</b> + Polévka hovězí s krupicovými nočky (Obsahuje: 1, 3, 7, 9), Osrdí na smetaně ("pajšlovka") (Obsahuje: 1, 7, 9), + Knedlíky houskové (Obsahuje: 1) <b>Varianta 2</b> + Polévka hovězí s krupicovými nočky (Obsahuje: 1, 3, 7, 9), Vepřenky s cibulí (Obsahuje: 1, 10), + Brambory 200g (šťouchané pro mleté)	<b>Varianta 1</b> + Měkký piškotový snack <b>Varianta 2</b> + Ovoce	<b>Varianta 1</b> + Pomazánka z kuřecích jater 100g (Obsahuje: 10), + Toust.chléb Světlý 3x (Obsahuje: 1) <b>Varianta 2</b> + Ševcovský mls (salát-salám,zelí), + Chléb 2ks (cca 100g) (Obsahuje: 1)
<b>St</b> <b>15.1.</b>	<b>3</b>	+ 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)	<b>Varianta 1</b> Polévka Ragù (Obsahuje: 1, 3, 7, 9), + Hanácký vďolek (Obsahuje: 1, 3, 7, 12) <b>Varianta 2</b> Polévka Ragù (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	<b>Varianta 1</b> + Salát Coleslaw se šunkou 200g (Obsahuje: 9), + Rohlík 2ks (Obsahuje: 1) <b>Varianta 2 a bezmléčná</b> + Pomazánka z pečeného rybího filé 100g (Obsahuje: 4), + Toust.chléb Tmavý 3x (Obsahuje: 1)

		<b>Snídaně</b>	<b>Přesnídávka</b>	<b>Oběd</b>	<b>Svačina</b>	<b>Večeře</b>
<b>Čt 16.1.</b>	<b>3</b>	+ SN- čaj,kakao - čtvrték (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	<b>Varianta 1</b> + Polévka italská (Obsahuje: 1), + Karbanátek smažený (Obsahuje: 1, 3, 7), Bramborový salát s majonézou (Obsahuje: 10) <b>Varianta 2</b> + Polévka italská (Obsahuje: 1), + Kuřecí asijská směs (Obsahuje: 3), + Bulgur vařený	+ Banán se šlehačkou a čokoládou	<b>Varianta 1</b> + Brambory s cibulkou - večeře, + Kefír/Kyška 0,25 l (Obsahuje: 7) <b>Varianta 2</b> + Pomazánka z šunky 100g, + Toust.chléb Tmavý 3x (Obsahuje: 1)
<b>Pá 17.1.</b>	<b>3</b>	+ 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)	<b>Varianta 1</b> Polévka zeleninová s pohankou (Obsahuje: 3, 9), + Krůtí prsa přírodní (Obsahuje: 1, 7), + Kuskus (Obsahuje: 1), + Salát z červené řepy <b>Varianta 2</b> Polévka zeleninová s pohankou (Obsahuje: 3, 9), + Závin listový jablečný (Obsahuje: 1, 3)	Jablkový dezert (Obsahuje: 1, 6, 7)	<b>Varianta 1</b> + Plátkový sýr 100g, máslo porcové 10g) (Obsahuje: 7), + Chléb 2ks (cca 100g) (Obsahuje: 1) <b>Varianta 2, mletá a bezmléčná</b> + Drůbeží paštika 100g, + Flora porce 20g, + Toust.chléb Tmavý 3x (Obsahuje: 1)
<b>So 18.1.</b>	<b>3</b>	+ 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)	<b>Varianta 1</b> + Polévka kulajda (Obsahuje: 1, 3), + Vepřové výpečky (z plece) (Obsahuje: 1), + Dušená mrkev s hráškem (Obsahuje: 1), + Brambory 200g (šťouchané pro mleté) <b>Varianta 2</b> + Polévka kulajda (Obsahuje: 1, 3), Kuřecí plátek po cikánsku, + Rýže dušená	+ Ovocná kapsička 1 ks	<b>Varianta 1</b> + Pomazánka z šunk.salámu 100g, + Rajčata/ pro mleté- rajčatová šťáva 1dl, + Toust.chléb Tmavý 3x (Obsahuje: 1) <b>Varianta 2</b> + Sýrová roláda 100g (Obsahuje: 3, 7), + Chléb 2ks (cca 100g) (Obsahuje: 1)
<b>Ne 19.1.</b>	<b>3</b>	+ 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)	<b>Varianta 1</b> + Polévka slepičí s nudlemi (Obsahuje: 9), Vepřový plátek novohradský (Obsahuje: 1), + Rýže dušená <b>Varianta 2</b> + 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)	<b>Varianta 1</b> + Smetanový čerstvý sýr, + Máslo porcované 1ks (Obsahuje: 7), + Chléb 2ks (cca 100g) (Obsahuje: 1) <b>Varianta 2 a bezmléčná</b> + Pomazánka sardinková 100g (Obsahuje: 10), + Toust.chléb Tmavý 3x (Obsahuje: 1)

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:

.....