

Jídelní lístek 4. týden

DIETA č. 2,3,9

Den	Snídaně	dieta	Oběd	dieta	večeře, II.večeře	dieta
Pondělí	Bílá káva - 250ml (al.1,7)	2,3,9	Polévka: Bramborová 1,3,9	2,3,9		
	Jogurt,DIA jogurt 1 loupáček/rohlík	2,3,9	1. Vepřový plátek s fazolkami a slaninou,vařené brambory 1a 2. DI vepřový plátek přírodní,vařené brambory 1a 3. Pečené kuřecí stehno,zelenina,chléb 1a 4. Houbový kuskus sypaný sýrem,rajčatový salát 1a,7	3,9 2 3,9 3,9	Šunkový salám,máslo 1,7 mrkvový rohlík/rohlík	2,3,9
Úterý	Čaj - 300ml(al.--)	2,3,9	Polévka: Žampionová 1,7 /přídavek pro dietu č.2 místo polévky/	3,9		
	tavený sýr,máslo 1,7 cereální rohlík/rohlík	2,3,9	1. Kuřecí nudličky v rajčato-bazalkové omáčce,těstoviny 1a,3 2. DI kuřecí nudličky v rajčato-bazalkové omáčce,těstoviny 1a,3 3. Pštroší vejce,bramborová kaše,salát z čínského zelí 1a,3,7 4. Cizrnový salát s tuňákem,cereální rohlík 1a,4	3,9 2 3,9 3,9	Paštika s brusinkami 1,7 žitný chléb/rohlík	2,3,9
Středa	Čaj - 300ml(al.--)	2,3,9	Polévka: Boršč 1,7,9 /přídavek pro dietu č.2 místo polévky/	3,9		
	Vařené vejce,máslo 1,3,7 pletýnka	2,3,9	1. Španělský ptáček z vepřového masa,rýže 1a,3,10 2. DI španělský ptáček z vepřového masa,rýže 1a,3,10 3. Krutí ďábelská játra,bramboráčky 1a,3,7 4. Špece s ořechy a šlehaným tvarohem 1a,3,7	3,9 2 3,9 3	Pomazánka z krabích tyčinek 1,3,4,7 chléb/rohlík	2,3,9
Čtvrtek	Kakao - 250ml(al.1,7)	2,3,9	Polévka: Hovězí vývar s kapáním 1a,3,7,9	2,3,9		
	Závin/DIA koláč 2ks 1	2,3,9	1. Hovězí svíčková na smetaně,houskový knedlík 1a,3,7,9,10 2. DI hovězí svíčková na smetaně,houskový knedlík 1a,3,7,9,10 3. Bramborový guláš s vepřovým masem a uzeninou,chléb 1a 4. Tagliatelle ala puttanesca,parmezán 1a,3	3,9 2 3,9 3,9	Sýr Mandava 1 sojový rohlík/rohlík	2,3,9
Pátek	Čaj - 300ml(al.--)	2,3,9	Polévka: Droždová 1a,3	2,3,9		
	Debrecínka,máslo 1,7 grahamový rohlík/rohlík	2,3,9	1. Kuřecí plátek,mrkev s hráškem na másle,vařené brambory 1a,7 2. DI kuřecí plátek,mrkev s hráškem na másle,vařené brambory 1a,7 3. Zapečené těstoviny s uzeným masem,okurek 1a,3,7 4. Špenát,vejce 2ks,houskový knedlík 1a,3,7	3,9 2 3,9 3,9	Párky,hořčice,kečup 1,7 pletýnka	2,3,9
Sobota	Čaj - 300ml(al.--)	2,3,9	Polévka: Vločková s vejci 1,3	2,3,9		
	Šunková pěna 1,7 chléb/veka	2,3,9	1. Vepřové kostky na kmínu,těstoviny 1,3 2. DI vepřové kostky na kmínu,těstoviny 1,3 3. Rizoto s králičím masem a zeleninou,sýr 1,7	3,9 2 3,9	Pomazánka z lučiny s pažitkou 1,7 chléb/veka	2,3,9
Neděle	Kakao-250ml (al.1,7)	2,3,9	Polévka: Z rybího filé 1,3,4,9	2,3,9		
	Vánočka, Dia vánočka 150g 1,3,7 máslo, džem/dia džem	2,3,9	1. Smažený hermelín,vařené brambory,tatarka 1,3,7 2. Vepřový přírodní plátek,vařené brambory,kompot 1 3. Bulgur s kuřecím masem a zeleninou 1	3,9 2 3,9	Pomazánka vaječná 1,3,7 chléb/veka	2,3,9

Zpracoval:
Nutriční terapeut RADKA POSPÍŠILOVÁ