***JÍDELNÍ LÍSTEK NA* 31. TÝDEN 2024 Dieta č. 3 – strava racionální**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |
|  | **Snídaně** | **Přesnídávka** | **Oběd** | **Večeře** |
| **Po****29.7.** | **Bílá káva, čaj, pečivo, máslo, jogurt** 1ks | **Ovoce** | **Polévka miliónová****Vepřové maso v kapustě, brambory,** **ovocný džus 0,3l**  | **1. Guláš z hlívy ústřičné, chléb****2. Salám** 100g**, máslo, chléb** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| **Út****30.7.** | **Bílá káva, čaj,** **koláčky ovocné** 2ks  | **Ovoce** | **Polévka hovězí s játrovými knedlíčky** **1. Rajská omáčka, hovězí maso, knedlík** **2. Rybí filé smažené, bramborová kaše, salát** | **Pomazánka tvarohová s křenem** 100g**, chléb** |
|  |  |  |  |  |
| **St**  **31.7.** | **Bílá káva, čaj, pečivo, máslo, debrecínka** 50g | **Perník** | **Polévka chřestový krém****Rizoto s vepřovým masem a sýrem, zeleninový salát**  | **1. Brambory s máslem, kefír** **2**. **Anglická slanina** 100g**, chléb,**  **hořčice** |
|  |  |  |  |  |
| **Čt** **1.8.** | **Bílá káva, čaj, pečivo, tavený sýr** 1ks | **Ovoce** | **Polévka hrstková**    **1. Námořnické maso, těstoviny** **2. Hruščák, káva** | **Paštika tunel, chléb** |
|  |  |  |  |  |
| **Pá** **2.8.** | **Bílá káva, čaj, pečivo, pomazánkové máslo** 50g | **Termix extra** | **Polévka jarní** **Čevapčiči, brambory, tatarka, zákusek**  | **1. Vločková kaše s posýpkou****2. Tresčí játra** 1ks**, máslo, chléb** |
|  |  |  |  |  |
| **So** **3.8.** | **Bílá káva, čaj, pečivo, uherská pěna** | **Ovocná výživa** | **Polévka pohanková** **1. Bratislavské vepřové plecko, knedlík****2. Nudle s mákem** | **Olivier čerstvý smetanový sýr** 1ks**, chléb** |
|  |  |  |  |  |
| **Ne****4.8.** | **Kakao, čaj, bábovka**  | **Ovoce** | **Polévka vývar s masem a nudlemi****Kuřecí roláda, rýže dušená, zeleninový salát**  | **Grilovaná kýta** (uzenina, 1ks100g)**, máslo, chléb** |
|  | Pokrmy jsou určeny k okamžité spotřebě. Informace o alergenech dostupné u vedoucího kuchyně. Změna jídelního lístku vyhrazena.Sestavila: Miroslava Chromá (nutriční terapeut) Dne 3.7.2024  |