**JÍDELNÍ LÍSTEK**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Datum | Snídaně | Alergeny | Svačina | Oběd | Svačina | Alergeny | Večeře | II. Večeře **(pouze pro diabetiky)** |
| **PO**  **13.10.** | Žitný rohlík, máslo, šunka, čaj.  *Mix: sladké pečivo, čaj.* | 01, 07 | Ovoce dle denní nabídky | **Pol.:** Zeleninová s nudlemi.  **1.** Krůtí maso na kari, jasmínová rýže.  **2. Vepřová panenka se švestkovou omáčkou, brambory.** | Bílá jogurt HOLLANDIA | 01, 03, 04, 07, 09 | **TEPLÁ VEČEŘE**  **1. Těstovinový nákyp s ovocem.**  **STUDENÁ VEČEŘE**  **2.** Pečivo, máslo, olejovky v tomatě. | Chléb, máslo  *Mix: jogurt s dia džemem* |
| **ÚT**  **14.10.** | Pečivo, máslo, džem, čaj.  *Mix: piškoty, puding, čaj.* | 01, 07 | Ovoce dle denní nabídky | **Pol.:** Zeleninová s vejcem.  **1.** Hovězí líčka na červeném víně, žemlový knedlík.  **2. Pečené rybí filé na másle, bramborová kaše, míchaný salát.** | Oplatky  **(9 – dia)** | 01, 03, 04, 07, 09 | **TEPLÁ VEČEŘE**  **1. Párky, bramborová kaše, kyselá okurka.**  **STUDENÁ VEČEŘE**  **2.** Pečivo, máslo, romadúr. | Chléb, máslo  *Mix: ovocná přesnídávka s piškoty* |
| **ST**  **15.10.** | Svatomartinské rohlíčky **(9 – dia)**, bílá káva.  *Mix: sladké pečivo, čaj.* | 01, 03, 07 | Ovoce dle denní nabídky | **Pol.:** Cibulačka s krutóny. **(3,9)**  **Pol.:** Jarní. **(4,5)**  **1.** Kuřecí špízy se zeleninou a klobásou, pečené brambory, tatarka.  **2.** **Nudle míchané s vajíčkem, kyselá okurka.** | Mléko | 01, 03, 07, 09 | Pečivo, máslo, šunkový salám.  *Mix: ovesná kaše s jahodami* | Chléb, máslo  *Mix: toastový chléb s lučinou* |
| **ČT**  **16.10.** | Houska vícezrnná tmavá, pomazánka z taveného sýra, čaj.  *Mix: piškoty, tvaroh, čaj.* | 01, 07 | Ovoce dle denní nabídky | **Pol.:** Frankfurtská.  **1. Vepřová pečeně, restovaná kukuřice, šťouchané brambory.** **(5 – bez kukuřice)**  **2.** Lívance s ovocným přelivem a zakysanou smetanou. | Ochucené kefírové mléko **(9 – bílé)** | 01, 03, 07, 09 | **TEPLÁ VEČEŘE**  **1.** Těstoviny s lilek, rajčaty, cuketou a bazalkovým pestem, sýr.  **STUDENÁ VEČEŘE**  **2. Pečivo, máslo, milko žervé.** | Chléb, máslo  *Mix: tvaroh s kakaem* |
| **PÁ**  **17.10.** | Pečivo, máslo, MÁJKA paštika **(5 – šunka)**, čaj.  *Mix: piškoty, přesnídávka, čaj.* | 01, 07 | Ovoce dle denní nabídky | **Pol.:** Špenátová s vejcem.  **1.** Pečená kachna, červené zelí, bramborový knedlík.  **2. Dušená zeleninová směs, bulgur.** | Ochucený tvaroh  **(9 – dia)** | 01, 02, 03, 04, 07, 09 | **TEPLÁ VEČEŘE**  **1. Polévka rajská s rýží, pečivo.**  **STUDENÁ VEČEŘE**  **2.** Pečivo, pomazánka krabí. | Chléb, máslo  *Mix: šlehané žervé s bylinkami* |
| **SO**  **18.10.** | Pečivo, máslo, sýr madetka, čaj.  *Mix: piškoty, ovoce, čaj.* | 01, 07 | Ovoce dle denní nabídky | **Pol.:** Chlebová.  Máslový karbanátek, bramborová kaše, coleslaw. | Dortíček chia  **(9 – roláda ořechová)** | 01, 03, 07, 09 | Pečivo, máslo, mortadela.  *Mix: kaše s ovocem* | Chléb, máslo  *Mix: bílý jogurt s banánem* |
| **NE**  **19.10.** | Plundra s jablečnou náplní **(9 – dia)**, kakao.  *Mix: sladké pečivo, čaj.* | 01, 03, 07 | Ovoce dle denní nabídky | **Pol.:** Slepičí vývar s rýží.  Vepřový guláš, houskový knedlík. **(4,5 – bez koření)** | Přesnídávka | 01, 03, 07, 09 | Pečivo, máslo, plátkový sýr.  *Mix: piškoty, ovocný tvaroh* | Chléb, máslo  *Mix: kaše s ovocem* |

OD 13.10. DO 19.10.2025

Sestavil: K. Průšová, R. Tsyura Schválil: Ing. Petr Houdek

Nutno volbu nahlásit v **pondělí** **15.9.2025**

**Ovoce dle denní nabídky. Změny v jídelníčku vyhrazeny. Seznam alergenů k dispozici u nutriční terapeutky.**

**JÍDELNÍ LÍSTEK**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Datum | Snídaně | Alergeny | Svačina | Oběd | Svačina | Alergeny | Večeře | II. Večeře **(pouze pro diabetiky)** |
| **PO**  **20.10.** | Karlovarský rohlík, máslo, 1ks vejce natvrdo **(5 – plátkový sýr)**, čaj.  *Mix: sladké pečivo, čaj.* | 01, 03, 07 | Ovoce dle denní nabídky | **Pol.:** Jarní s pohankou.  **1.** Kapustový prejt, brambory.  **2.** **Krůtí maso na hrášku, rýže.** **(5 – bez hrášku)** | Ovocné pyré | 01, 03, 07, 09 | **TEPLÁ VEČEŘE**  **1.** Palačinky s tvarohem2ks.  **STUDENÁ VEČEŘE**  **2. Pečivo, máslo, drůbeží šunka.** | Chléb, máslo  *Mix: kaše s ovocem* |
| **ÚT**  **21.10.** | Pečivo, pomazánka budapešťská, čaj.  *Mix: piškoty, přesnídávka, čaj.* | 01, 07 | Ovoce dle denní nabídky | **Pol.:** Boršč. **(3,9)**  **Pol.:** Jarní s vajíčkem. **(4,5)**  **1.** Smažený celer, brambory, tatarka.  **2. Rizoto s vepřovým masem a zeleninou, sýr, kyselá okurka.** | Laskonka  **(9 – větrník)** | 01, 03, 07, 09 | **TEPLÁ VEČEŘE**  **1. Kuskusové rizoto se zeleninou, sýr.**  **STUDENÁ VEČEŘE**  **2.** Pečivo, aspiková bábovička. | Chléb, máslo  *Mix: ovocný tvaroh s piškoty* |
| **ST**  **22.10.** | Koláče **(9 – dia)**, bílá káva.  *Mix: sladké pečivo, čaj.* | 01, 03, 07 | Ovoce dle denní nabídky | **Pol.:** Hovězí s nudlemi.  **1.** Cmunda po Kaplicku. *(bramborák, bílé zelí, uzené maso)*  **2. Těstoviny s rajčatovou omáčkou a kuřecím masem.** | Mléko | 01, 07, 09 | Pečivo, máslo, Almette sýr.  *Mix: Kaše s borůvkami.* | Chléb, máslo  *Mix: toastový chléb s bylinkovým žervé* |
| **ČT**  **23.10.** | Sójový rohlík, pomazánka drožďová, čaj.  *Mix: piškoty, tvaroh, čaj.* | 01, 03, 07 | Ovoce dle denní nabídky | **Pol.:** Čočková. **(3,9)**  **Pol.:** Zeleninová. **(4,5)**  **1.** Španělský ptáček, dušená rýže.  **ALERGIE: brambory**  **2.** **Žemlovka s jablky a tvarohem.** | Ovocný tvaroh **(9 – dia)** | 01, 03, 07, 09 | **TEPLÁ VEČEŘE**  **1.** **Vepřové maso v mrkvi, brambory.**  **STUDENÁ VEČEŘE**  **2.** Pečivo, bramborový salát. | Chléb, máslo  *Mix: šlehaný tvaroh s kakaem* |
| **PÁ**  **24.10.** | Pečivo, máslo, džem, čaj.  *Mix: piškoty, jogurt, čaj.* | 01, 07 | Ovoce dle denní nabídky | **TÉMATICKÝ DEN RUMUNSKO**  **Pol.:** Ciorbă de legume. **(3,9);** *(zeleninová polévka – brambory, cuketa, fazole, pórek, těstoviny)*  Pol.: Jarní. **(4,5)**  **1.** Tocăniță de carne, cu mămăligă. *(masový guláš s polentou)*  **2. Pečené rybí filé na bylinkách, bramborová kaše, okurkový salát.** | Smetanový dezert stracciatella  **(9 – dia)** | 01, 03, 04, 07, 09 | **TEPLÁ VEČEŘE**  **1.** Polévka šumavská bramboračka, chléb.  **STUDENÁ VEČEŘE**  **2. Pečivo, máslo, sýr almette.** | Chléb, máslo  *Mix: jogurt s dia džemem* |
| **SO**  **25.10.** | Pečivo, máslo, trojúhel. tavený sýr, čaj.  *Mix: piškoty, ovoce, čaj.* | 01, 07 | Ovoce dle denní nabídky | **Pol.:** Vločková.  Dušená šunka od kosti, brambory, okurka. | Puding  **(9 – dia)** | 01, 07, 09 | Pečivo, máslo, sýr koliba.  *Mix: piškoty s přesnídávkou* | Chléb, máslo  *Mix: kaše s ovocem* |
| **NE**  **26.10.** | Šáteček s meruňkovou náplní, kakao.  *Mix: sladké pečivo, čaj.* | 01, 03, 07 | Ovoce dle denní nabídky | **Pol.:** Kmínová s vejcem.  Vepřové maso cikánské, houskový knedlík. **(4,5 – bez zeleniny)** | Přesnídávka | 01, 03, 07, 09 | Pečivo, máslo, paštika. **(5 – šunka)**  *Mix: piškoty, tvaroh, čaj.* | Chléb, máslo  *Mix: šlehané žervé s bylinkami* |

OD 20.10. DO 26.10.2025

Sestavil: K. Průšová, R. Tsyura Schválil: Ing. Petr Houdek

Nutno volbu nahlásit v **pondělí** **15.9.2025**

**Ovoce dle denní nabídky. Změny v jídelníčku vyhrazeny. Seznam alergenů k dispozici u nutriční terapeutky.**