

JÍDELNÍ LÍSTEK NA OBDOBÍ OD 20.01.2020 DO 26.01.2020

Po		Snídaně	Přesnídávka	Oběd	Svačina	Večeře
20.1.	3	Bílá káva, Pecivo-snidane, pomazánka tvarohová s pažitkou	Kompot míchaný	Polévka krkonošská cibulačka, Vepřové nudličky na houbách, Rýže	Krém tvarohový	Táč s jablky, Kakao
		E: 12 754 kJ, Bilk.: 118,2 g, Tuky: 80,9 g, Sach.: 464,6 g				
	9	Bílá káva, Pecivo-snidane, pomazánka tvarohová s pažitkou	Kompot d9	Polévka krkonošská cibulačka, Vepřové nudličky na houbách, Rýže	krém tvarohový d9	Táč s jablky d9, Kakao d9
E: 10 742 kJ, Bilk.: 115,1 g, Tuky: 78,3 g, Sach.: 351,6 g						
MUS		Bílá káva, Veka bílá, pomazánka tvarohová s pažitkou	Kompot míchaný	Polévka krkonošská dietní Vepřové nudličky na šťávě, Rýže	Krém tvarohový	Krupicová kaše s ovocnou polevou
		E: 9 839 kJ, Bilk.: 91,0 g, Tuky: 65,9 g, Sach.: 354,2 g				
Út		Snídaně	Přesnídávka	Oběd	Svačina	Večeře
21.1.	3	Bílá káva, Pecivo-snidane, Máslo	Kompot míchaný	Polévka zeleninová, Smažený vepřový řízek, bramborový salát	Oplatek	Chléb 100 g - 150g -200g, flóra, šunka
		E: 11 660 kJ, Bilk.: 82,8 g, Tuky: 128,4 g, Sach.: 318,1 g				
	9	Bílá káva, Pecivo-snidane, Máslo	Kompot d9	Polévka zeleninová, Smažený vepřový řízek, bramborový salát	Oplatek d9	Chléb 100 g - 150g -200g, flóra, šunka
E: 9 996 kJ, Bilk.: 76,9 g, Tuky: 127,1 g, Sach.: 216,1 g						
MUS		Bílá káva, Veka bílá, smetana	Kompot míchaný	Polévka zeleninová, Přírodní vepřový řízek, bramborová kaše	Oplatek	Pudink s piškoty
		E: 11 212 kJ, Bilk.: 83,6 g, Tuky: 110,4 g, Sach.: 347,6 g				
St		Snídaně	Přesnídávka	Oběd	Svačina	Večeře
22.1.	3	Bílá káva, Pecivo-snidane, čaj instantní, Medové máslo	Kompot míchaný	Polévka vývar s bulgurem Hovězí svíčková na smetaně, Houskový knedlík	přesnídávka malá	Šťouchané brambory, mléko, podmásí
		E: 9 668 kJ, Bilk.: 72,8 g, Tuky: 67,1 g, Sach.: 356,3 g				
	9	Bílá káva, Pecivo-snidane, čaj instantní, Máslo, Džem d9	Kompot d9	Polévka vývar s bulgurem Hovězí svíčková na smetaně, Houskový knedlík	přesnídávka d9	Šťouchané brambory, mléko, podmásí
E: 8 476 kJ, Bilk.: 67,4 g, Tuky: 64,2 g, Sach.: 273,9 g						
MUS		Bílá káva, Veka bílá, čaj instantní, smetana, Džem	Kompot míchaný	Polévka vývar s bulgurem Hovězí svíčková na smetaně dietní, těstoviny	přesnídávka	Bramborová kaše
		E: 9 949 kJ, Bilk.: 76,8 g, Tuky: 74,4 g, Sach.: 358,0 g				
Čt		Snídaně	Přesnídávka	Oběd	Svačina	Večeře
23.1.	3	Bílá káva, Pecivo-snidane, Syr zerve	Kompot míchaný	Polévka italská, Kuřecí prsa zapečená se sýrem a šunkou, Brambory	jablečný mošt	Chléb 100 g - 150g -200g, Tlačenka
		E: 8 530 kJ, Bilk.: 84,6 g, Tuky: 74,2 g, Sach.: 261,7 g				

	9	Bílá káva, Pecivo-snidane, Syr zerve	Kompot d9	Polévka italská, Kuřecí prsa zapečená se sýrem a šunkou, Brambory	jablečný mošt	Chléb 100 g - 150g -200g, Tlačenka
	E: 7 225 kJ, Bilk.: 79,3 g, Tuky: 72,2 g, Sach.: 189,9 g					
	MUS	Bílá káva, Veka bila, Syr zerve	Kompot míchaný	Polévka italská, Kuřecí prsa zapečená se sýrem a šunkou, Bramborová kaše	jablečný mošt	Tvaroh na sladko s kakaem
	E: 8 531 kJ, Bilk.: 102,3 g, Tuky: 67,8 g, Sach.: 257,8 g					
Pá 24.1.	Snídaně		Přesnídávka	Oběd	Svačina	Večeře
	3	Bílá káva, Pecivo-snidane, paštiková pomazánka	Kompot míchaný	Polévka houbová s bramborem, Bramborové šišky s mákem	banán	Sekaná pečeně, Chléb 100 g - 150g -200g
	E: 10 660 kJ, Bilk.: 84,3 g, Tuky: 66,3 g, Sach.: 406,1 g					
	9	Bílá káva, Pecivo-snidane, paštiková pomazánka	Kompot d9	Polévka houbová s bramborem Bramborové šišky s mákem	banán	Sekaná pečeně, Chléb 100 g - 150g -200g
	E: 9 095 kJ, Bilk.: 79,3 g, Tuky: 64,4 g, Sach.: 319,0 g					
	MUS	Bílá káva, Veka bila, paštiková pomazánka	Kompot míchaný	Polévka bramborová, Jáhlová kaše s ovocnou polevou,	přesnídávka	Sekaná pečeně, Bramborová kaše
E: 13 520 kJ, Bilk.: 96,4 g, Tuky: 96,5 g, Sach.: 504,0 g						
So 25.1.	Snídaně		Přesnídávka	Oběd	Svačina	Večeře
	3	Bílá káva, Pecivo-snidane, Jogurt, čaj instantní	Kompot míchaný	Polévka kmínová s mlhovinou, Karbanátek pečený, Brambory	bábovka	Chléb 100 g - 150g -200g, Lučina
	E: 9 324 kJ, Bilk.: 79,0 g, Tuky: 79,7 g, Sach.: 303,6 g					
	9	Bílá káva, Pecivo-snidane, jogurt d9, čaj instantní	Kompot d9	Polévka kmínová s mlhovinou, , Karbanátek pečený, Brambory	Oplatek d9	Chléb 100 g - 150g -200g, Lučina
	E: 8 027 kJ, Bilk.: 71,8 g, Tuky: 81,1 g, Sach.: 220,0 g					
	MUS	Bílá káva, Veka bila, Jogurt, čaj instantní	Kompot míchaný	Polévka kmínová s mlhovinou, Pečený karbanátek, Bramborová kaše	bábovka	Pudink s piškoty
E: 9 473 kJ, Bilk.: 79,4 g, Tuky: 84,9 g, Sach.: 300,0 g						
Ne 26.1.	Snídaně		Přesnídávka	Oběd	Svačina	Večeře
	3	Bílá káva, Vanocka, Máslo, čaj instantní	Kompot míchaný	Polévka bujon s krupicovými nočky, Kuřecí maso po čínsku, Rýže	Krém tvarohový	Chléb 100 g - 150g -200g, Paštika
	E: 10 589 kJ, Bilk.: 101,9 g, Tuky: 82,2 g, Sach.: 339,6 g					
	9	Bílá káva, Vanocka, Máslo, čaj instantní	Kompot d9	Polévka bujon s krupicovými nočky, Kuřecí maso po čínsku, Rýže	krém tvarohový d9	Chléb 100 g - 150g -200g, Paštika
	E: 9 263 kJ, Bilk.: 99,9 g, Tuky: 80,7 g, Sach.: 263,6 g					
	MUS	Bílá káva, Vanocka, smetana, čaj instantní	Kompot míchaný	Polévka bujon s krupicovými nočky, Kuřecí maso po čínsku dietní, Rýže	Krém tvarohový	Tvaroh s ovocem
E: 10 628 kJ, Bilk.: 104,8 g, Tuky: 78,5 g, Sach.: 351,2 g						

Změna jídelního lístku vyhrazena. Pokrmy určeny k přímé spotřebě. Složení pokrmů včetně výskytu alergenů na vyžádání u nutričního terapeuta.

Vypracoval:

.....

Schválil:

.....