

DS Malešice

A + B

JÍDELNÍ LÍSTEK

10.8. do 16.8. 2026

dieta č. 3 : 2200kcal, 9420KJ, 80g bílkovin, 75g tuků, 300g sacharidů. Nutriční a energetické hodnoty jednotlivých diet v kanceláři nutričních terapeutů.

Datum	dieta č.	obsahuje alergen	snídaně, svačina	dieta č.	obsahuje alergen	OBĚD	dieta č.	obsahuje alergen	VEČEŘE	2.več. 9,9/s	dieta č.3	
Pondělí 10.8.	3,2	7 1a,c,6 1a,b 3	káva / slazeno cukrem/ 1 rohlík 2 chleby Vejce	3	1a,3,7 7	polévka boršč Vdolky mléko	3,9	1a,b	šunková pěna, chléb ovocné smoothie	máslo 1/2 chleba	kcal	2132
	3,9	7	káva bez cukru 1 rohlík 1 chléb		1a,3,7 7	knedlíky bramborovo-tvarohové s džemem tvaroh, cukr, máslo	2,9/s	1a,c,6	šunková pěna, pečivo ovocné smoothie			
	9,9/s	7 1a,c,6 1a,b	Paštika 23g		1a,3,7 7	knedlíky bramborovo-tvarohové s džemem tvaroh, sladidlo, máslo	MUS:	1a,3 7	mletá kuřecí roláda bramborová kaše mrkvové pyré			
	2,9s	7	máslo, mléko přesnídávka ovocná	9,9/s	1a,3,7 7	krupicová kaše se skořicí ovocné pyré			ovocné smoothie			
	všichni:	7	termix, vánočka ovocná přesnídávka	MUS:	1a,7							
	MUS:	1a,3,7										
Úterý 11.8.	3,2	1a,c,6 1a,b 3	káva / slazeno cukrem / 1 rohlík 1 chléb Termix	3,9	1a,3,9 1a 1a,3 1a,7	polévka zeleninová s těstovinou moravský vepřový vrabec bramborový knedlík špenát	3,9	1a,3 1a,b		sýr 1/2 chleba	kcal	2396
	9,9/s	1a,c,6 1a,b 7	káva / bez cukru 1 rohlík 1 chléb Jogurt dia		1a 1a,3 1a,7	vepřový vrabec bramborový knedlík špenát	2,9/s	1a,3 1a,c,6				
	všichni:	7	máslo, mléko ovoce		1a 7 1a,7	vepřové maso pečené /mleté bramborová kaše špenát						
	MUS:	7 1a,3	ovocný tvaroh, banán vánočka	MUS:	1a 7 1a,7		MUS:	1a 7				
Středa 12.8.	2,3	7 1a,c,6 1a,b 1a,3,7	káva /slazeno cukrem/ 1 rohlík 1 chléb sladké pečivo / orig. balení /	2,3	1a,9 1a	polévka bramborová kuřecí stehno pečené brambory rajčatový salát	3, 9:	1a,b 7	šunka 100 g chléb flora	A rajče B 1/2 chleba máslo	kcal	2138
	9,9/s	7 1a,c,6 1a,b 1a,3,7	káva bez cukru 1 rohlík 1 chleba pečivo dia / orig. balení /		1a	kuřecí stehno pečené brambory rajčatový salát	2,9/s	1a,c,6 7	šunka 100 g pečivo flora			
	všichni:	7	máslo 15g, Mléko nápoj ovocný		1a	kuřecí stehno / mleté / bramborová kaše rajčatové pyré	2,9/s					
	MUS:	7 1a,3	pacholík vánočka, ovocný nápoj	MUS:	1a 7		MUS:	7	pudink 2x 190g			
Čtvrtek 13.8.	2,3	7 1a,c,6 1a,b 1a,3,7	kakao /slazeno cukrem/ 1 rohlík 1 chléb sladké pečivo / orig. balení /	3,9	1a,3,9 1a,9 1a,3,7	polévka zeleninová hovězí pečené burgunská houskový knedlík	3,9	7 1a,b	sýr chléb ovocné smoothie	A rajče B 1/2 chleba	kcal	2264
	9,9/s	7 1a,c,6 1a,b 1a,3,7	kakao bez cukru 1 rohlík 1 chléb dia pečivo / orig. balení /		1a,9 1a,3,7	hovězí pečené burgunská houskový knedlík	2,9/s	7 1a,c,6	sýr pečivo ovocné smoothie			
	všichni:	7	mléko, máslo 15g									

			nápoj ovocný	MUS:	1a,9	hovězí maso / mleté / burgunská omáčka	MUS:	7	pudink 2x 190g	paštika	bílkoviny	79g
		7	pacholík		1a,3,7	houskový knedlík /mletý			ovocné smoothie		sacharidy	277g
	MUS:	1a,3	vánočka, ovocný nápoj								tuky	90g

A+B

Pátek	3,2	7	káva /slazeno cukrem/ 1 rohlík		1a,3,7	polévka špenátová	3,2	7	sýr eidam, flora	máslo 1/2 chleba	kcal	2301
		1a,c,6	2 chleby		1a,3,6,7	zapečené těstoviny s uzeným masem		1a,b	chléb			
		1a,b	nutela			okurka	9,9/s	7	sýr eidam, flora			
	9,9/s	7	káva	2,9/s	1a,3,6,7	zapečené těstoviny s vepřovým masem		1a,c,6	pečivo			
14.8.		1a,c,6	1 rohlík			1/2 rajčete			rajče			
		1a,b	1+1/2 chleba									
			díla džem									
	všichni:	7	máslo 15g, mléko	MUS:	1a	vepřové maso dušené /mleté/	MUS:	1d,7	kaše vločková se skořicí		bílkoviny	98g
	MUS:	7	ovoce		1a	kuskus			ovocné smoothie		sacharidy	264g
		1a,3	vánočka			rajčatové pyré					tuky	94g
Sobota	3,2	7	káva /slazeno cukrem/ 1 rohlík		1a,3,7,9	polévka pórková	3,9	4	rybí pomazánka, chléb, rajče	sýr 1/2 chleba	kcal	2341
		1a,c,6	2 chleby	3,9	1a,3	sekaná pečeně		1a,b				
		1a,b	jogurt			brambory	2,9/s	4	rybí pomazánka, pečivo, rajče			
		7				mrkvový salát s jablky		1a,c,6				
15.8.	9,9/s	7	káva	2,9/s	1a,3	sekaná pečeně						
		1a,c,6	1 rohlík			brambory						
		1a,b	1+1/2 chleba			mrkvový salát s jablky						
		7	jogurt díla									
	všichni:	7	máslo 15g, mléko	MUS:	1a,3	sekaná pečeně / mletá/	MUS:	1d,7	kaše krupicová s kakaem		bílkoviny	84g
	MUS:	7	ovoce		7	bramborová kaše			ovocné smoothie		sacharidy	302g
		1a,3	vánočka			ovocné pyré					tuky	76g
Neděle	3,2	7	kakao /slazeno cukrem/ 1 rohlík		1a,3,7,9	polévka hovězí s nudlemi	3,9:	7	Žervé	paštika 1/2 chleba	kcal	2142
		1a,c,6	2 chleby	3,9	1a,7	hovězí maso vařené		1a,b	chléb			
		1a,b	sladké pečivo		1a,3,7	okurková omáčka	2,9/s	7	Žervé			
		1a,3,7				houskový knedlík		1a,c,6	pečivo			
16.8	9,9/s	7	kakao	2,9/s	1a,7	hovězí maso vařené						
		1a,c,6	1 rohlík		1a,3,7	smetanová omáčka						
		1a,b	1+1/2 chleba			houskový knedlík						
		1a,3,7	díla pečivo									
	všichni:	7	máslo 15g, mléko	MUS:		hovězí maso vařené / mleté /	MUS:	1a,3,7	pudink s ovocem a piškoty		bílkoviny	79g
	MUS:	7	ovoce		1a,3,7	houskový knedlík / mletý/					sacharidy	328g
		1a,3	vánočka		1a,7	smetanová omáčka					tuky	72g

MUS = Mechanicky upravená strava

Změna jídelního lístku vyhrazena

Sestaveno dne : 10.7. 2024

Helena Janíčková, Monika Kosová DiS
nutriční terapeutky

Ivan Joža
vedoucí OLVaS

lékař

AL = alergený obsažené v pokrmech

1. obiloviny obsahující lepek
- 1a pšenice
- 1b žito

6. sojové boby a výrobky z nich
7. mléko a výrobky z něj, včetně laktozy
8. suché skořápkové plody

9. celer a výrobky z něj
10. hořčice a výrobky z ní
11. sezamová semena a výrobky z nich

1c ječmen
1d oves
1e špalda
1f kamoy
2. korýši
3. vejce
4. ryby a výrobky z nich
5. arašidy - podzemnice olejná

8a mandle
8b lískové ořechy
8c vlašské ořechy
8d kešu ořechy
8e para ořechy
8f pekanové ořechy
8g pistácie
8h makadamie

12. oxid siřičitý a siřičitany
13. včelí bob
14. měkkýši a výrobky z nich

B

Pátek	3,2	1a,c,6 1a,b 7	čaj / slazeno cukrem / 1 rohlík 2 chleby sýr 30g	1ac,3,6,9	polévka s játrovou rýží	3,9	1a 7	bilá klobása bramborová kaše kompot	sýr 1/2 chleba	kcal KJ bílkoviny sacharidy tuky	2289 9614 79g 329g 73g
	9,9/s	1a,c,6 1a,b 7	čaj / bez cukru 1 rohlík 1 +1/2 chleba sýr 30g	2,9/s	1a,3,7 7	bramborovo - tvaroh. knedlíky s džemem tvaroh, sladidlo, máslo	2,9/s 9,9/s	1a 7			
	všichni:	7	máslo, mléko ovoce	MUS:	1a,7	krupicová kaše	MUS:	1a 7			
	MUS:	7 1a,3	ovocný tvaroh, banánový koktejl vánočka								
Sobota	2,3	7 1a,c,6 1a,b 1a,3,7	káva /slazeno cukrem/ 1 rohlík 1 chléb sladké pečivo / orig. balení /	1a,9	polévka bramborová	3, 9:	1a,b 7	šunka 100 g chléb flora	sýr 1/2 chleba	kcal KJ bílkoviny sacharidy tuky	2138 8980 94g 313g 56g
	9,9/s	7 1a,c,6 1a,b 1a,3,7	káva bez cukru 1 rohlík 1 chleba pečivo dia / orig. balení /	9,9/s	1a 1a,3,7	kuřecí stehno pečené žemlová nádivka 1/2 porce brambor kompot	2,9/s	1a,c,6 7			
	všichni:	7	máslo 15g nápoj ovocný	MUS:	1a 7	kuřecí stehno pečené žemlová nádivka 1/2 porce brambor kompot dia	MUS:	7			
	bez mléka MUS:	7 1a,3	pacholík vánočka, ovocný nápoj								
Neděle	2,3	7 1a,c,6 1a,b 1a,3,7	kakao /slazeno cukrem/ 1 rohlík 1 chléb sladké pečivo / orig. balení /	1a,3,9	polévka zeleninová	3,9	7 1a,b	šlehaný tvaroh chléb	sýr 1/2 chleba	kcal KJ bílkoviny sacharidy tuky	2282 9584 80g 291g 86g
	9,9/s	7 1a,c,6 1a,b 1a,3,7	kakao bez cukru 1 rohlík 1 chléb dia pečivo / orig. balení /	2,9/s	1a 1a,3,7	hovězí pečené přírodní houškový knedlík	2,9/s	7 1a,c,6			
	všichni:	7	mléko, máslo 15g nápoj ovocný	2,9/s							
	MUS:	7 1a,3	pacholík vánočka, ovocný nápoj	MUS:	1a,9	hovězí maso / mleté / burgunská omáčka bramborová rýže	MUS:	7			

MUS = Mechanicky upravená strava

Změna jídelního lístku vyhrazena
MUDr. Hana Šárová
lékař

Sestaveno dne : 10.srpna 2022
Helena Janíčková, Monika Kosová DiS
nutriční terapeutky

Ivan Joža
vedoucí OLVaS

AL = alergený obsažené v pokrmech

- 1. obiloviny obsahující lepek
- 1a pšenice
- 1b žito
- 1c ječmen
- 1d oves
- 1e špalda
- 1f kamoy
- 2. korýši
- 3. vejce
- 4. ryby a výrobky z nich
- 5. arašidy - podzemnice olejná

- 6. sojové boby a výrobky z nich
- 7. mléko a výrobky z něj, včetně laktozy
- 8. suché skořápkové plody
- 8a mandle
- 8b lískové ořechy
- 8c vlašské ořechy
- 8d kešu ořechy
- 8e para ořechy
- 8f pekanové ořechy
- 8g pistácie
- 8h makadamie

- 9. celer a výrobky z něj
- 10. hořčice a výrobky z ní
- 11. sezamová semena a výrobky z nich
- 12. oxid siřičitý a siřičitany
- 13. včelí bob
- 14. měkkyši a výrobky z nich