DS Malešice A+B

JÍDELNÍ LÍSTEK

9.11. do 15.11. 2026

dieta č. 3 : 2200kcal, 9240KJ, 80g bílkovin, 75g tuků, 300g sacharidů. Nutriční a energetické hodnoty jednotlivých diet v kanceláři nutričních terapeutů.

Datum	dieta č.	obsahuje alergeny	snídaně, svačina	dieta č.	obsahuje alergeny	OBĚD	dieta č.	obsahuje alergeny	VEČEŘE	2.več. 9,9/s	dieta č.3	
Pondělí	3,2	7	káva /slazeno cukrem/		9	polévka krupicová s vejcem	3,2		vinná klobása			
		1a,c,6	1 rohlík	3,9	1a,3,6,7	Hrachová kaše		7	bramborová kaše			
		1a,b	2ks chléb			Uzené maso						
			Jogurt				9,9/s		vinná klobása			
	9,9/s	7	káva bez cukru					7	bramborová kaše	sýr Eidam		
		1a,c,6	1 rohlík	2,9/s	1a,3,6,7	Hrachová kaše				1/2 chleba		
9.11.		1a,b	1,5 chléb			Uzené maso	MUS:		vinná klobása	máslo		
			Jogurt Dia					7	bramborová kaše,ovocné pyré		kcal	2066
	všichni:	7	máslo, mléko									
			ovoce	MUS:	1a	vepřové maso dušené /mleté/					bílkoviny	77g
	MUS:	7	Mléčná rýže		1a	kuskus					sacharidy	291g
		1a,3	vánočka, ovoce mix			kompot pyré					tuky	68g
Úterý	3,2	7	káva /slazeno cukrem/		1a,3,9	polévka kmínová s vejcem	3,2	1a,7	vločková kaše, s kakaem			
		1a,c,6	1 rohlík						kompot			
		1a,b	2ks chléb	3,9	1a,3	Záhorácký závitek						
	3,9	3	sýr 50g		1a,3, 7	Brambor knedlík	9,9/s	1a,7	vločková kaše, s kakaem			
	9,9/s	7	káva bez cukru		1a,3	Záhorácký závitek			kompot			
10.11.		1a,c,6	1 rohlík	2,9/s	1a,3,7	Brambor knedlík				Paštika		
		1a,b	1,5 chléb							1/2 chleba		
	2,9/s	7	sýr 50g								kcal	2263
	všichni:	7	máslo, mléko									
			přesnídávka		1a, 3	kuřecí roláda	MUS:	1a,7	vločková kaše, s kakaem		bílkoviny	74g
	MUS:	7	ovocný tvaroh	MUS:	1a,3,7	Kompot pyré			kompot		sacharidy	298g
		1a,3	vánočka,přesnídávka			bramborová kaše					tuky	90g
Středa	3,2	7	kakao /slazeno cukrem/		3	Polévka Frankfurtská						
		1a,c,6	1 rohlík	3,9	1a,3	Kachní stehno	3,9	1a,3,7	Dušená šunka 100g			
		1a,b	1 chléb		1a,3, 7	Karlovarský knedlík, kysané zelí			Chléb			
		1a	koláč		1a,3	Kachní stehno						
	9,9/s	7	kakao bez cukru	2,9/s	1a,3,7	Karlovarský knedlík, špenát				Ovofit		
		1a,c,6	1 rohlík							1/2 chleba		
11.11.		1a,b	1 chléb				2, 9/s	1a,3,7	Dušená šunka 100g			
		1a,3,7	koláč dia						Bílé Pečivo		kcal	2372
	všichni:	7	máslo		1a, 3	kuřecí roláda						
			Banán	MUS:	1a,3,7	Kompot pyré	MUS:	1a,7	Ovesná kaše s kakaem		bílkoviny	89g
	MUS:	7	pacholík, banán			bramborová kaše					sacharidy	308g
		1a,3	vánočka, Loupák								tuky	86g
Čtvrtek	3,2	7	káva / slazeno cukrem/		1a,7,9	polévka brokolicová						
		1a,c,6	1 rohlík									
		1a,b	2ks chléb	3,9	1a,3,4	Zapečené brambory			polévka zelňačka			
	3,2	7	Paštika 50g		7				houska	Šunka 50g		
	9,9/s	7	káva bez cukru							máslo		
12.11.		1a,c,6	1 rohlík	2,9/s	4,7	Zapečené brambory			gulášová polévka	1/2 chleba		
		1a,b	1,5 chléb		7				houska			
		7	Paštika 50g								kcal	2040

	všichni:	7	máslo, mléko										
			ovocná přesnídávka	MUS:	4,7	Vepřová roláda /mletá/			gulášová polévka		bilkoviny	91g
	MUS:		ovocná přesnídávka		7	bramborová kaše			pečivo		sacharidy	265g
		1a,3, 7	jogurt ve Skle, vánočka								tuky	67g

A

	3,9	7	káva / slazeno cukrem /		1a,3,7,9	polévka s játrovou rýží	3,9	1a,b,7	pomazánka cottage s lososem			
		1a,c,6	1 rohlík						pečivo,rajče			
Pátek		1a,b	2ks chléb	3,9	1a,c,3,6,7	žemlovka						
		7	Vejce		7		2,9/s	7	pomazánka sýrová s pažitkou	sýr		
	2,9/s	7	káva bez cukru					1a,c,6	pečivo,rajče	1/2 chleba		
		1a,c,6	1 rohlík	2,9/s	1ac,3,6	žemlovka						
		1a,b	1,5 chléb		7		MUS:	1a,7	krupicová kaše s kakaem			
13.11.		7	Sýr 50g						kompot-pyré		kcal	2247
	všichni:	7	máslo 15g, mléko									
			ovoce	MUS:	1ac,3,6						bílkoviny	95g
	MUS:	7	termix, banán		7		MUS:	1a,7	krupicová kaše s kakaem		sacharidy	280g
		1a,3	vánočka, Loupák						kompot-pyré		tuky	84g
	2,3	7	káva /slazeno cukrem/		1d,3,7,9	polévka Bramborová			paštika 100g			
		1a,c,6	1 rohlík						chléb			
		1a,b	1 chléb	3,9	1a,.6	Tilápie						
Sobota		1a,3,7	sladké pečivo / orig. balení /			bramborová kaše						
	9,9/s	7	káva bez cukru							Ovofit		
		1a,c,6	1 rohlík	2,9/s	1a	Tilápie						
		1a,b	1 chleba			bramborová kaše			paštika 100g			
14.11.		1a,3,7	pečivo dia / orig. balení /						pečivo		kcal	2092
	všichni:	7	máslo, mléko									
			ovocný nápoj	MUS:	1a	Tilápie					bílkoviny	86g
	MUS:	7	pacholík		7	bramborová kaše			pudink 2x 200g		sacharidy	274g
		1a,3	vánočka, Loupák, ovocný nápoj								tuky	73g
	2,3	7	kakao /slazeno cukrem/		1a,3,9	Rajská	3,9		salám Lyon 100g			
		1a,c,6	1 rohlík					1a,b	chléb			
		1a,b	1 chléb	3,9:	1a,3	Čevabcici		7	flora			
Neděle		1a,3,7	sladké pečivo / orig. balení /		1a,3,7	Brambory						
	9,9/s	7	kakao bez cukru			Obloha						
		1a,c,6	1 rohlík							Ovofit		
		1a,b	1 chléb				2,9/s		salám Lyon 100g			
15.11.		1a,3,7	dia pečivo / orig. balení /	2,9/s	1a,3	Čevabcici		1a,c,6	pečivo		kcal	2222
	všichni:	7	mléko, máslo 15g		1a,3,7	Brambory		7	flora			
			ovocný nápoj			Obloha					bílkoviny	89g
		7	pacholík	MUS:	1a,3		MUS:	7	pudink 2x 200g		sacharidy	282g
	MUS:	1a,3	vánočka, Loupák, ovocný nápoj		1a,3,7						tuky	80g

MUS = Mechanicky upravená strava

Změna jídelního lístku vyhrazena

lékař

David Šturm
vedoucí OLVaS

AL = alergeny obsažené v pokrmech

1.	obiloviny obsahující lepek	6.	sojové boby a výrobky z nich	9.	celer a výrobky z něj
1a	pšenice	7.	mléko a výrobky z nej, včetně laktozy	10.	hořčice a výrobky z zní

1b	žito	8.	suché skořapkové plody	11.	sezamová semena a výrobky z nich
1c	ječmen	8a	mandle	12.	oxid siřičitý a siřičitany
1d	oves	8b	lískové ořechy	13.	vlčí bob
1e	špalda	8c	vlašské ořechy	14.	měkkýši a výrobky z nich
1f	kamoy	8d	kešu ořechy		
2.	korýši	8e	para ořechy		
3.	vejce	8f	pekanové ořechy		
4.	ryby a výrobky z nich	8g	pistácie		
5.	arašídy - podzemnice olejná	8h	makadamie		

B

	3,9	7	káva / slazeno cukrem /		1a,3,7,9	polévka s játrovou rýží	3,9		telecí párek			
		1a,c,6	1 rohlík					7	bramborová kaše			
Pátek		1a,b	2ks chléb	3,9	1a,c,3,6,7	žemlovka	3,2		kompot			
		7	Vejce		7		2,9/s		telecí párek	sýr		
	2,9/s	7	káva bez cukru					7	bramborová kaše	1/2 chleba		
		1a,c,6	1 rohlík	2,9/s	1ac,3,6	žemlovka	9,9/s		kompot dia			
		1a,b	1,5 chléb		7							
13.11.		7	sýr 50g								kcal	2181
	všichni:	7	máslo 15g, mléko									
			ovoce	MUS:	1ac,3,6			7	telecí párek, bramborová kaše		bílkoviny	91g
	MUS:	7	termix, banán		7		MUS:		ovocné pyré		sacharidy	288g
		1a,3	vánočka, Loupák								tuky	75g
	2,3	7	káva /slazeno cukrem/		1d,3,7,9	polévka Bramborová	3, 9:		paštika 100g			
		1a,c,6	1 rohlík					1a,b	chléb			
		1a,b	1 chléb	3,9	1a,.6	Tilápie						
Sobota		1a,3,7	sladké pečivo / orig. balení /			bramborová kaše						
	9,9/s	7	káva bez cukru							Ovofit		
		1a,c,6	1 rohlík	2,9/s	1a	Tilápie						
		1a,b	1 chleba			bramborová kaše	2,9/s		paštika 100g			
14.11.		1a,3,7	pečivo dia / orig. balení /					1a,c,6	pečivo		kcal	2092
	všichni:	7	máslo, mléko									
			ovocný nápoj	MUS:	1a	Tilápie					bílkoviny	86g
	MUS:	7	pacholík		7	bramborová kaše	MUS:	7	pudink 2x 200g		sacharidy	274g
		1a,3	vánočka, Loupák, ovocný nápoj								tuky	73g
	2,3	7	kakao /slazeno cukrem/		1a,3,9	Rajská	3,9		salám Lyon 100g			
		1a,c,6	1 rohlík					1a,b	chléb			
		1a,b	1 chléb	3,9:	1a,3	Čebab		7	flora			
Neděle		1a,3,7	sladké pečivo / orig. balení /		1a,3,7	Brambory						
	9,9/s	7	kakao bez cukru			Obloha						
		1a,c,6	1 rohlík							Ovofit		
		1a,b	1 chléb				2,9/s		salám Lyon 100g			
15.11.		1a,3,7	dia pečivo / orig. balení /	2,9/s	1a,3	Čebab		1a,c,6	pečivo		kcal	2222
	všichni:	7	mléko, máslo 15g		1a,3,7	Brambory		7	flora			
			ovocný nápoj			Obloha					bílkoviny	89g
		7	pacholík	MUS:	1a,3		MUS:	7	pudink 2x 200g		sacharidy	282g
	MUS:	1a,3	vánočka, Loupák, ovocný nápoj		1a,3,7						tuky	80g

MUS = Mechanicky upravená strava **Změna jídelního lístku vyhrazena** **Sestaveno dne : 17. 10.2024**

lékař

David Šturm, Monika Kosová DiS
nutriční terapeutky

David Šturm
vedoucí OLVaS

AL = alergeny obsažené v pokrmech

1.	obiloviny obsahující lepek	6.	sojové boby a výrobky z nich	9.	celer a výrobky z něj
1a	pšenice	7.	mléko a výrobky z nej, včetně laktozy	10.	hořčice a výrobky z zní
1b	žito	8.	suché skořapkové plody	11.	sezamová semena a výrobky z nich
1c	ječmen	8a	mandle	12.	oxid siřičitý a siřičitany
1d	oves	8b	lískové ořechy	13.	vlčí bob
1e	špalda	8c	vlašské ořechy	14.	měkkýši a výrobky z nich
1f	kamoy	8d	kešu ořechy		
2.	korýši	8e	para ořechy		
3.	vejce	8f	pekanové ořechy		
4.	ryby a výrobky z nich	8g	pistácie		
5.	arašidy - podzemnice olejná	8h	makadamie		