

DS Malešice

A + B

JÍDELNÍ LÍSTEK

11.5. do 17.5. 2025

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 11.5. | 3,2 | 7 1a,c,6 1a,b | káva /slazeno cukrem/ 1 rohlík 1 chléb sýr trojúhelníček | 3,9 3 | 1a,3,9 1a,3,7 7 | polévka s játrovou rýží rizotto srbské | | | polévka Gulášová chléb | paštika 1/2 chleba | kcal 2110 bílkoviny 69g sacharidy 309g tuky 65g | |
| | 9,9/s | 7 1a,c,6 1a,b | káva bez cukru 1 rohlík 1 chléb sýr trojúhelníček | 9,9/s 9/s | 1a,3,7 7 | rizotto srbské | | | polévka Gulášová pečivo | | | |
| | všichni: | 7 | máslo 15g, mléko ovoce | MUS: | 1a,3,7 7 | | | | polévka Gulášová pečivo | | | |
| | MUS: | 7 1a,3 | puddink vánočka, ovoce mix | MUS: | 1a,3,7 7 | | | | krupicová kaše s kakaem | | | |
| Úterý 12.5. | 3,2 | 7 1a,c,6 1a,b | káva/slazeno cukrem/ 1 rohlík 1 chléb jogurt ovocný | 3,9 | 1a 1a,3 | masové kuličky v rajské omáčce těstoviny | | 1a,b | Livance | sýr 1/2 chleba | kcal 2299 bílkoviny 71g sacharidy 341g tuky 76g | |
| | 9,9/s | 7 1a,c,6 1a,b | káva bez cukru 1 rohlík 1 chléb jogurt dia | 2,9/s | 1a 1a,3 | masové kuličky v rajské omáčce těstoviny | 9,9/s | 1a,9 1a,c,6 | Livance | | | |
| | všichni: | 7 | máslo 15g, mléko ovocná přesnídávka | MUS: | 1a | hovězí maso vařené / mleté / rajská omáčka bramborová kaše | MUS: | 1a,9 1a,c,6 | Livance | | | |
| | MUS: | 7 1a,3 | jogurt vánočka, ovocná přesnídávka | MUS: | 1a | | | | | | | |
| Středa 13.5. | 3,2 | 7 1a,c,6 1a,b 1a,3,7 | kakao /slazeno cukrem/ 1 rohlík 1 chléb sladké pečivo | 3,9 | 1d,3,7,9 1a | polévka vložková Pekáčové buchty | 3,9: | 7 1a,b | sýrová pomazánka chléb | máslo 1/2 chleba | kcal 2298 bílkoviny 89g sacharidy 307g tuky 75g | |
| | 9,9/s | 7 1a,c,6 1a,b 1a,3,7 | kakao bez cukru 1 rohlík 1 chléb dia pečivo | 2,9/s | 1a | Pekáčové buchty | 2,9/s | 7 1a,c,6 | sýrová pomazánka pečivo | | | |
| | všichni: | 7 | máslo 15g, mléko ovoce | MUS: | 1a 7 | | MUS: | 1a,3,7 | puddink s ovocem a piškoty | | | |
| | MUS: | 7 1a,3,7 | pacholík vánočka, banán | MUS: | 1a 7 | | | | | | | |
| Čtvrtek 14.5. | 3,2 | 7 1a,c,6 1a,b 8d | káva / slazeno cukrem/ 1 rohlík 1 chléb nutela | 3,9 | 1a,3,9 3,7 | polévka brokoliceová Kuřecí čína Rýže | 3,2 | 1a,3,7 | Těstovinový salát s tunákem | paštika 1/2 chleba | kcal 2023 bílkoviny 70g sacharidy 226g tuky 91g | |
| | 9,9/s | 7 1a,c,6 1a,b | káva bez cukru 1 rohlík 1 chléb dia džem | 2,9/s | 3,7 | Kuřecí čína Rýže | 9,9/s | 1a,3,7 | Těstovinový salát s tunákem | | | |
| | všichni: | 7 | máslo 15g, mléko ovocná přesnídávka | MUS: | 1a 7 | vepřové maso pečené / mleté / bramborová kaše ovocné pyré | MUS: | 7 | rýžová kaše s kakaem | | | |
| | MUS: | 7 1a,3,7 | ovocná přesnídávka vánočka, ovocný tvaroh | MUS: | 1a 7 | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------|-------|-------------------------------|---|-------|----------------|--|-------|------------------|---|-------------------|--|--------------------------------|--------------------|--|--|--|--|--|--|
| 16.5. | | 1a,c,6 1a,b | 1 rohlík 1,5 chleba paštika 23g | 2,9/s | 1a | vepřové maso pečené brambory Dušená mrkev | | | | | | | | | | | | | |
| | 2,9/s | 7 | máslo 15 g, mléko ovoce | MUS: | 1a 7 | vepřové maso pečené / mleté / bramborová kaše míchaná zelenina | 9,9/s | 7 | párek telecí bramborová kaše kompot dia | | | kcal | 2277 | | | | | | |
| | MUS: | 7 1a,3 | termix, banán vánočka | | | | MUS: | 7 | párek mletý bramborová kaše kompot / pyré / | | | bílkoviny sacharidy tuky | 97g 343g 53g | | | | | | |
| Sobota | 2,3 | 7 1a,c,6 1a,b 1a,3,7 | káva /slazeno cukrem/ 1 rohlík 1 chléb sladké pečivo / orig. balení / | | 1a,9,3,7 | polévka květáková | 3, 9: | 7 1a,b 7 | sýr HERMELIN chléb flora | | | | | | | | | | |
| | 9,9/s | 7 1a,c,6 1a,b 1a,3,7 | káva bez cukru 1 rohlík 1 chleba pečivo dia / orig. balení / | 2,9/s | 1a 1a,3 | vepřový guláš těstoviny | 2,9/s | 7 1a,c,6 7 | sýr 100 g 2 ks pečiva flora | | | kcal | 2198 | | | | | | |
| | 17.5. | 7 7 7 | mléko, máslo 15 g ovocný nápoj pacholík vánočka, ovocný nápoj | MUS: | 1a 1a | vepřový guláš / mleté maso / kuskus | MUS: | 7 | pudding 2x 190 g | sýr 1/2 chleba | | bílkoviny sacharidy tuky | 88g 262g 89g | | | | | | |
| Neděle | 2,3 | 7 1a,c,6 1a,b 1a,3,7 | kakao /slazeno cukrem/ 1 rohlík 1 chléb sladké pečivo / orig. balení / | | 9 | polévka hovězí s rýží | 3,9 | 3,4 1a,b | Cottage s lososem chléb | | | | | | | | | | |
| | 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,3 1a,3,7 | Okurková omáčka houskový knedlík | 2,9/s | 3,4 1a,b | Cottage s lososem pečivo | | | kcal | 2016 | | | | | | |
| | 18.5. | 7 7 7 | máslo 15g, mléko ovocný nápoj pacholík vánočka, ovocný nápoj | MUS: | 1a,3 7,1a,3 | pražská hov. pečené / mletá / mletý knedlík | MUS: | 7 | pudding 2x 190 g | sýr 1/2 chleba | | bílkoviny sacharidy tuky | 72g 287g 64g | | | | | | |

MUS = Mechanicky upravená strava

Změna jídelního listku vyhrazena

Sestaveno dne : 9.4.2026

Bc. David Šturm, Monika Kosová DiS
nutriční terapeuti

Bc. David Šturm
vedoucí OLVaS

lékař

AL = alergeny obsažené v pokrmech

1. obiloviny obsahující lepek
- 1a pšenice
- 1b žito
- 1c ječmen
- 1d oves
- 1e špalda
- 1f kamoy
2. koryši
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 laktózy
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. vlnčí bob
14. měkkyší a výrobky z nich