

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 18.5.	3,2	7 1a,c,6 1a,b	káva /slazeno cukrem/ 1 rohlík 1 chléb med	0	1,3,9	polévka s kapáním	3,9	1a 1a,b	polévka dršťková chléb	sýr 1/2 chleba	kcal 2347	bílkoviny sacharidy tuky
	9,9/s	7 1a,c,6 1a,b	káva bez cukru 1 rohlík 1 chléb dia džem	3,9	1a,7	uzené vepřové maso / vařené / hrachová kaše okurka	2,9/s	1a 1a,c,6	polévka gulášová pečivo			
	všichni:	7	máslo 15g, mléko ovoce	2,9/s	1a	kuřecí roláda brambory kompot dia	MUS:	1a 1a,c,6	polévka gulášová pečivo			
	MUS:	7 1a,3	pušinka vánočka, ovoce mix	MUS:	1a 7	kuřecí roláda / mletá / bramborová kaše kompot pyré						
Úterý 19.5.	3,2	7 1a,c,6 1a,b	káva /slazeno cukrem/ 1 rohlík 1 chléb	1a,3,7		špenátová polévka	3,2	1d,7	vločková kaše s kakaem kompot	másla 1/2 chleba	kcal 2366	bílkoviny sacharidy tuka
	3,9	3	vejce	3,9	1a,3 7	sekaná pečeně bramborová kaše okurkový salát	9,9/s	1d,7	vločková kaše s kakaem kompot dia			
	9,9/s	7 1a,c,6 1a,b	káva bez cukru 1 rohlík 1 chléb	2,9/s	1a,3 7	sekaná pečeně bramborová kaše rajčatový salát						
	2,9/s	7	sýr 50g	MUS:	1a,3 7	sekaná pečeně /mletá/ bramborová kaše rajčatové pyré	MUS:	1d,7	vločková kaše s kakaem kompot pyré			
všichni:	7	máslo 15g, mléko přesnídávka										
MUS:	7 1a,3	ovocný tvaroh vánočka, ovocná přesnídávka										
Středa 20.5.	3,2	7 1a,c,6 1a,b 1a,3,7	kakao /slazeno cukrem/ 1 rohlík 1 chléb koláč	1a,3,7,9		polévka květáková	3,9:	1a,b	paštika chléb	sýr 1/2 chleba	kcal 2358	bílkoviny sacharidy tuky
	9,9/s	7 1a,c,6 1a,b 1a,3,7	kakao bez cukru 1 rohlík 1 chléb koláč dia	3,9	1a,7	hovězí maso na houbách dušená rýže	2,9/s	1a,c,6	paštika pečivo 2ks			
	všichni:	7	máslo 15g, mléko ovoce	2,9/s	1a,7	hovězí maso na houbách dušená rýže						
	MUS:	7 1a,3	pacholík, banán vánočka	MUS:	1a 7	Hovězí maso / mleté/ bramborová kaše	MUS:	1a,3,7	pušinka s piškoty a ovocem			
Čtvrtek 21.5.	3,2	7 1a,c,6 1a,b	káva / slazeno cukrem/ 1 rohlík 1 chléb	1a,3,9		polévka s játrovou rýží	2,3	1a 1a,3,7	burty na pive	paštika 1/2 chleba	kcal 2056	bílkoviny sacharidy tuky
	3,2	7	jogurt ovocný	3	1a,3,7 7	Zapečené testoviny	9,9/s	1a 1a,3,7	burty na pive			
	9,9/s	7 1a,c,6 1a,b 7	káva bez cukru 1 rohlík 1 chléb jogurt dia	9/s 9/s,9 2	1a,3,7 7	Zapečené testoviny						
	všichni:	7	máslo 15g, mléko ovocná přesnídávka	MUS:	1a,7	krupicová kaše s kakaem	MUS:	1a 7	vepřové maso na rajčatech /mleté/ bramborová kaše			
MUS:	7 1a,3, 7	ovocná přesnídávka jogurt ovocný, vánočka										

A

Pátek 22.5.	3,2	7 1a,c,6 1a,b	káva / slazeno cukrem / 1 rohlík 1 chléb paštika 23g	1a,3,9		polévka zeleninová s nudlemi	3,9	7 1a,b	anglická slanina flora chléb, paprika	sýr 1/2 chleba		
	9,9/s	7	káva bez cukru	3,9	1a,3,7	hovězí guláš houskový knedlík	2,9/s	7	debrecinka flora			

		1a,c,6 1a,b	1 rohlík 1 chléb paštika 23g	2,9/s	1a 1a,3,7	hovězí guláš houskový knedlík		1a,c,6	pečivo, pomeranč			kcal	2196	
	všichni:	7	máslo 15g, mléko ovoce	MUS:	1a 1a,3,7	hovězí guláš /mletý/ houskový knedlík /mletý/	MUS:	7	teplá šunka mletá bramborová kaše kompot pyré			bílkoviny sacharidy tuky	74g 314g 71g	
Sobota  23.5.	2,3	7 1a,c,6 1a,b 1a,3,7	káva /slazeno cukrem/ 1 rohlík 1 chléb sladké pečivo / orig. balení /		1a,3	polévka rajská	3, 9:	7 1a,b	sýr 100 g chléb	rajče				
	9,9/s	7 1a,c,6 1a,b 1a,3,7	káva bez cukru 1 rohlík 1 chleba pečivo dia / orig. balení /	3,2	4,7 7	tilápie na másle bramborová kaše červená řepa	2,9/s	7 1a,c,6	sýr 100 g pečivo				kcal	2198
	všichni:	7	máslo 15g, mléko ovocný nápoj	9,9/s	4,7 7	tilápie na másle bramborová kaše červená řepa								
	MUS:	7 1a,3	pacholík vánočka, ovocný nápoj	MUS:	4,7 7	tilápie na másle /mletá/ bramborová kaše pyré z červené řepy	MUS:	7	puđink 2x 190g				bílkoviny sacharidy tuky	86g 296g 72g
Neděle  24.5.	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 1a	polévka s vaječnou jíškou vepřový sgedin knedlík	3,9	7 1a,b	šunková pěna chléb	rajče				
	9,9/s	7 1a,c,6 1a,b 1a,3,7	kakao bez cukru 1 rohlík 1 chléb dia pečivo / orig. balení /	3,9	1a	vepřový sgedin knedlík	2,9/s	7 1a,c,6	šunková pěna pečivo				kcal	2265
	všichni:	7	mléko, máslo 15g ovocný nápoj	2,9/s	1a	vepřový sgedin knedlík								
	MUS:	7 1a,3	pacholík vánočka, ovocný nápoj	MUS:	1a 7	vepřový řízek přírodní / mletý / bramborová kaše rajčatové pyré	MUS:	7	puđink 2x 190g				bílkoviny sacharidy tuky	100g 287g 80g

MUS = Mechanicky upravená strava

Změna jídelního lístku 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  | 6. sojové boby a výrobky z nich          | 9. celer a výrobky z něj             |
| 1a pšenice                     | 7. mléko a výrobky z něj, včetně laktozy | 10. hořčice a výrobky z ní           |
| 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. víčí bob                         |
| 1e špalda                      | 8c vlašské ořechy                        | 14. měkkyší 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                             |                                      |

B

Pátek  23.5.	3,2	7 1a,c,6 1a,b	káva / slazeno cukrem / 1 rohlík 2 chleby paštika 23g		1a,3,9	polévka zeleninová s nudlemi	3,9	7	teplá šunka bramborová kaše kompot	sýr 1/2 chleba				
	9,9/s	7 1a,c,6 1a,b	káva bez cukru 1 rohlík 1 +1/2 chleba paštika 23g	3,9	1a 1a,3,7	hovězí guláš houskový knedlík	2,9/s	7	teplá šunka bramborová kaše kompot				kcal	2105
	všichni:	7	máslo 15g, mléko ovoce	2,9/s	1a 1a,3,7	vepřový guláš houskový knedlík								
	MUS:	7 1a,3	termix, banán vánočka	MUS:	1a 1a,3,7	hovězí guláš /mletý/ houskový knedlík /mletý/	MUS:	7	teplá šunka /mletá bramborová kaše kompot pyré				bílkoviny sacharidy tuky	95g 294g 54g
	2,3	7 1a,c,6	káva /slazeno cukrem/ 1 rohlík		1a,3	polévka rajská	3, 9:	7 1a,b	sýr 100 g chléb					
				3,2	4,7	tilápie na másle								

Sobota		1a,b 1a,3,7	1 chléb sladké pečivo / orig. balení /		7	bramborová kaše červená řepa								
	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	4,7 7	tilápie na másle bramborová kaše červená řepa	2,9/s	7 1a,c,6	sýr 100 g pečivo	paštika 1/2 chleba				
	24.5.	všichni:	7 máslo 15g, mléko ovocný nápoj								kcal	2198		
	MUS:	7 1a,3	pacholík vánočka, ovocný nápoj	MUS:	1a 7	tilápie na másle /mletá / bramborová kaše pyré z červené řepy	MUS:	7	pudding 2x 190g		bílkoviny sacharidy tuky	86g 296g 72g		
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 s vaječnou jíškou	3,9	7 1a,b	šunková pěna chléb					
	25.5.	9,9/s	7 1a,c,6 1a,b 1a,3,7	kakao bez cukru 1 rohlík 1 chléb dia pečivo / orig. balení /	3,9	1a	vepřový řízek přírodní brambory rajčatový salát	2,9/s	7 1a,c,6	šunková pěna pečivo				
		všichni:	7 mléko, máslo 15g ovocný nápoj		2,9/s	1a	vepřový řízek přírodní brambory rajčatový salát				sýr 1/2 chleba	kcal	2265	
	MUS:	7 1a,3	pacholík vánočka, ovocný nápoj	MUS:	1a 7	vepřový řízek přírodní / mletý / bramborová kaše rajčatové pyré	MUS:	7	pudding 2x 190g		bílkoviny sacharidy tuky	100g 287g 80g		

MUS = Mechanicky upravená strava

Změna jídelního lístku vyhrazena

Sestaveno dne : 9.4.2026

Bc. David Šturm, Monika Kosová DiS  
nutriční terapeuti

Bc. David Šturm  
vedoucí OLVaS

lékař

AL = alergie 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 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. včelí bob
14. měkkyší a výrobky z nich