

DIETA č. 3 - RACIONÁLNÍ		
29.	SNÍDANĚ	pom. tuňáková, chléb, čaj
P O N D Ě L Í	POLÉVKA	selská
	HL. CHOD	bulgur s krutím masem a zeleninou salát z červené řepy
	VEČEŘE	brambory se slaninou, kefírové mléko
30.	SNÍDANĚ	bublanina s ovocem, bílé kafe
Ú T E R Ý	POLÉVKA	pórková s kapáním
	HL. CHOD	vepřové valašské kúsky vařený brambor
	VEČEŘE	kachní paštika, chléb
31.	SNÍDANĚ	pom. ředkvičková, chléb, čaj
S T Ř E D A	POLÉVKA	česneková hedvábná
	HL. CHOD	těstoviny s mletým masem sypané sýrem
	VEČEŘE	květákový mozeček, bramborová kaše
1.	SNÍDANĚ	2 croissanty, kakao
Č T V R T E K	POLÉVKA	zeleninová s játrovými nočky
	HL. CHOD	kuřecí řízek, bramborová kaše salát okurkový s jogurtem
	VEČEŘE	pom. masová, chléb
2.	SNÍDANĚ	pom. vaječná, veka, čaj
P Á T E K	POLÉVKA	bramborová s cizrnou
	HL. CHOD	špecle sypané mákem (tvarohem) ovoce
	VEČEŘE	vepř. šunka, máslo, chléb
3.	SNÍDANĚ	máslo, chléb, bílá káva
S O B O T A	POLÉVKA	hovězí s nudlemi
	HL. CHOD	hov. vař., křenová omáčka, vař. brambor
	SVAČINA	oplatek
	VEČEŘE	sýr Cottage, 2 rohlíky
4.	SNÍDANĚ	vánočka, cappuccino
N E D Ě L E	POLÉVKA	rýžová
	HL. CHOD	vepř. kotleta se sýrem a rajčetem, brambor. kaše, kompot
	SVAČINA	ovocné pyré
	VEČEŘE	pom. švédská, chléb

		<b>DIETA č. 9 - DIABETICKÁ</b>	<b>DIETA č. 9/4 - DIABETICKÁ ŠETŘÍCÍ</b>
<b>29.</b>	<b>SNÍDANĚ</b>	pom. tuňáková, chléb, čaj	pom. tuňáková, veka, čaj
<b>P O N D Ě L Í</b>	<b>POLÉVKA</b>	selská	selská
	<b>HL. CHOD</b>	bulgur s krutím masem a zeleninou salát z červené řepy dia	bulgur s krutím masem a zeleninou kompot dia
	<b>VEČEŘE</b>	brambory se slaninou, kefír. mléko	brambory s máslem, kefír. mléko
<b>30.</b>	<b>SNÍDANĚ</b>	bublanina s ovocem, bílé kafe	bublanina s ovocem, bílé kafe
<b>Ú T E R Ý</b>	<b>POLÉVKA</b>	pórková s kapáním	pórková s kapáním
	<b>HL. CHOD</b>	vepřové valašské kúsky vařený brambor	vepřové valašské kúsky vařený brambor
	<b>VEČEŘE</b>	kachní paštika, chléb	
<b>31.</b>	<b>SNÍDANĚ</b>	pom. ředkvičková, chléb, čaj	pom. ředkvičková, veka, čaj
<b>S T Ř E D A</b>	<b>POLÉVKA</b>	česneková hedvábná	kmínová s vejcem
	<b>HL. CHOD</b>	těstoviny s mletým masem syp. sýrem	těstoviny s mletým masem syp. sýrem
	<b>VEČEŘE</b>	květákový mozeček, brambor. kaše	květákový mozeček, brambor. kaše
<b>1.</b>	<b>SNÍDANĚ</b>	2 croissanty, kakao	2 croissanty, kakao
<b>Č T V R T E K</b>	<b>POLÉVKA</b>	zeleninová s jätrovými nočky	zeleninová s jätrovými nočky
	<b>HL. CHOD</b>	kuřecí řízek, bramborová kaše salát okurkový s jogurtem dia	kuřecí řízek, bramborová kaše kompot dia
	<b>VEČEŘE</b>	pom. masová, chléb	pom. masová, veka
<b>2.</b>	<b>SNÍDANĚ</b>	pom. vaječná, veka, čaj	pom. vaječná, veka, čaj
<b>P Á T E K</b>	<b>POLÉVKA</b>	bramborová s cizrnou	bramborová s cizrnou
	<b>HL. CHOD</b>	špece sypané mákem (tvarohem) dia ovoce	špece sypané tvarohem dia ovoce
	<b>VEČEŘE</b>	vepř. šunka, máslo, chléb	vepř. šunka, máslo, veka
<b>3.</b>	<b>SNÍDANĚ</b>	máslo, chléb, bílá káva	máslo, veka, bílá káva
<b>S O B O T A</b>	<b>POLÉVKA</b>	hovězí s nudlemi	hovězí s nudlemi
	<b>HL. CHOD</b>	hov. vař., křenová omáčka, vař. brambor	hov. vař., křenová omáčka, vař. brambor
	<b>SVAČINA</b>	oplatek dia	oplatek dia
	<b>VEČEŘE</b>	sýr Cottage, 2 rohlíky	sýr Cottage, 2 rohlíky
<b>4.</b>	<b>SNÍDANĚ</b>	vánočka dia, cappuccino	vánočka dia, cappuccino
<b>N E D Ě L E</b>	<b>POLÉVKA</b>	rýžová	rýžová
	<b>HL. CHOD</b>	vepř. kotleta se sýrem, br. kaše, kompot	vepř. kotleta se sýrem, br. kaše, kompot
	<b>SVAČINA</b>	ovocné pyré	ovocné pyré
	<b>VEČEŘE</b>	pom. švédská, chléb	pom. švédská, veka