

DIETA č. 3 - RACIONÁLNÍ		
20.	SNÍDANĚ	pom. sýrová s celerem, chléb, čaj
P O N D Ě L Í	POLÉVKA	gulášová
	HL. CHOD	bulgur s krůtím masem a zeleninou salát z čínského zelí
	VEČEŘE	chalupářské šišky s uzeným masem, bramborová kaše, kys. okurek
21.	SNÍDANĚ	pom. ovocná, toustový chléb, bílá káva
Ú T E R Ý	POLÉVKA	květáková
	HL. CHOD	vepřový plátek na zázvoru s baby karotkou, šťouchané brambory kompot
	VEČEŘE	sýr Lučina, chléb
22.	SNÍDANĚ	pom. z makrely, chléb, čaj
S T Ř E D A	POLÉVKA	bramborová skleněná
	HL. CHOD	masové koule v rajčatové omáčce dušená rýže
	VEČEŘE	pol. ragú s houskovými knedlíčky, 2 rohlíky
23.	SNÍDANĚ	pom. rozhuda, chléb, caro
Č T V R T E K	POLÉVKA	dýňová
	HL. CHOD	smažený kuřecí řízek, bramborová kaše salát okurkový s rajčaty
	VEČEŘE	zauzený plátkový sýr, máslo, chléb
24.	SNÍDANĚ	pom. z červené řepy, veka, čaj
P Á T E K	POLÉVKA	beskydská luštěninová
	HL. CHOD	nudle sypané tvarohem melta
	VEČEŘE	vepř. šunka, máslo, chléb
25.	SNÍDANĚ	tavený sýr, 2 housky, nescafé
S O B O T A	POLÉVKA	hovězí s nudlemi
	HL. CHOD	hovězí maso, žampionová omáčka, vař. brambor
	SVAČINA	OVOCE
	VEČEŘE	krůtí ve vl. šťávě, chléb
26.	SNÍDANĚ	2 loupáky, cappuccino
N E D Ě L E	POLÉVKA	pórková s kapáním
	HL. CHOD	kuřecí roláda, bramborová kaše, kompot
	SVAČINA	mini řez
	VEČEŘE	pom. ze strouhaného sýra, chléb

		DIETA č. 9 - DIABETICKÁ	DIETA č. 9/4 - DIABETICKÁ ŠETŘÍCÍ
20.	SNÍDANĚ	pom. sýrová s celerem, chléb, čaj	pom. sýrová s celerem, veka, čaj
P O N D Ě L Í	POLÉVKA	gulášová	gulášová diet.
	HL. CHOD	bulgur s krůtím masem a zeleninou salát z čínského zelí dia	bulgur s krůtím masem a zeleninou kompot dia
	VEČEŘE	šišky s uzeným masem, bram. kaše	šišky s uzeným masem, bram. kaše
21.	SNÍDANĚ	pom. ovocná, toust. chléb, bílá káva	pom. ovocná, toust. chléb, bílá káva
Ú T E R Ý	POLÉVKA	květáková	brokolicová
	HL. CHOD	vepř. plátek na zázvoru s karotkou, šť. brambor kompot dia	vepř. plátek diet. s karotkou, šť. brambor kompot dia
	VEČEŘE	sýr Lučina, chléb	sýr Lučina, veka
22.	SNÍDANĚ	pom. z makrely, chléb, čaj	pom. z makrely, veka, čaj
S T Ř E D A	POLÉVKA	bramborová skleněná	bramborová skleněná
	HL. CHOD	masové koule v rajčatové omáčce dušená rýže	masové koule v rajčatové omáčce dušená rýže
	VEČEŘE	pol. ragú s housk. knedlíčky, 2 rohlíky	ragú s housk. knedlíčky, 2 rohlíky
23.	SNÍDANĚ	pom. rozhuda, chléb, caro	pom. rozhuda, veka, caro
Č T V R T E K	POLÉVKA	dýňová	dýňová
	HL. CHOD	smažený kuřecí řízek, brambor. kaše salát okurkový s rajčaty dia	pečený kuřecí řízek, brambor. kaše kompot dia
	VEČEŘE	zauzený plátkový sýr, máslo, chléb	zauzený plátkový sýr, máslo, veka
24.	SNÍDANĚ	pom. z červené řepy, veka, čaj	pom. z červené řepy, veka, čaj
P Á T E K	POLÉVKA	beskydská luštěninová	ze zelených fazolek
	HL. CHOD	nudle sypané tvarohem dia melta	nudle sypané tvarohem dia melta
	VEČEŘE	vepř. šunka, máslo, chléb	vepř. šunka, máslo, veka
25.	SNÍDANĚ	tavený sýr, 2 housky, nescafé	tavený sýr, 2 housky, nescafé
S O B O T A	POLÉVKA	hovězí s nudlemi	hovězí s nudlemi
	HL. CHOD	hov. maso, žampion. omáčka, vař. brambor	hov. maso, žampion. omáčka, vař. brambor
	SVAČINA	OVOCE	OVOCE
	VEČEŘE	krůtí ve vl. šťávě, chléb	krůtí ve vl. šťávě, veka
26.	SNÍDANĚ	2 loupáky, cappuccino	2 loupáky, cappuccino
N E D Ě L E	POLÉVKA	pórková s kapáním	pórková s kapáním
	HL. CHOD	kuřecí roláda, bram. kaše, kompot dia	kuřecí roláda, bram. kaše, kompot dia
	SVAČINA	mini řez	mini řez
	VEČEŘE	pom. ze strouhaného sýra, chléb	pom. ze strouhaného sýra, veka