

# ŘÍJEN 2023

JÍDELNÍ LÍSTEK PRO:

D3 - racionální strava a D9 - diabetická strava

Číslo vybrané stravy zakroužkujte! Pro odhlášení přeškrtněte!

Neoznačená strava v jídelním lístku bude přihlášena jako menu č.1

| DATUM             | POLÉVKA                   |   | MENU  | alergeny     |
|-------------------|---------------------------|---|---|--------------|
| 1.10.<br>sobota   | Čočková z červené čočky   | 1 | ČEVAPČIČI, BRAMBOROVÁ KAŠE                        | 1,3,6,7      |
| 2.10.<br>pondělí  | Vývar s krupic.noky       | 1 | VEPŘOVÁ PEČENĚ NA HOUBÁCH, DUŠENÁ RÝŽE            | 1,3,6,7,9,10 |
|                   |                           | 2 | KUŘECÍ PLÁTEK SE ŠUNKOU, BRAMBORY                 | 1,3,7        |
| 3.10.<br>úterý    | Zeleninová                | 1 | BUDĚJOVICKÁ HOVĚZÍ PEČENĚ, HOUSKOVÝ KNEDLÍK       | 1,3,6,7      |
|                   |                           | 2 | KRŮTÍ NA KMÍNĚ, BRAMBOROVÁ KAŠE                   | 1,7          |
| 4.10.<br>středa   | Kuřecí vývar s kapáním    | 1 | NOVOHRADSKÝ VEPŘOVÝ PLÁTEK, TĚSTOVINY             | 1,3,6,7      |
|                   |                           | 2 | ZELENINOVÉ BULGURETO SYPANÉ SÝREM                 | 1,3,7        |
| 5.10.<br>čtvrtek  | Krupicová s mrkví         | 1 | ŠPAGETY S BROKOLICÍ A KUŘECÍM MASEM               | 1,3,6,7      |
|                   |                           | 2 | KYNUTÉ KNEDLÍKY S OVOCEM                          | 1,3,7        |
| 6.10.<br>pátek    | Hnědá s vaječnou sedlinou | 1 | RYBÍ FILÉ ZAPEČNÉ SE SÝREM, BRAMBORY              | 1,4,6,7      |
|                   |                           | 2 | SMAŽENÉ ŽAMPIÓNY, BRAMBOROVÁ KAŠE                 | 1,3,7        |
| 7.10.<br>sobota   | Květákový krém            | 1 | VEPŘOVÁ ROLÁDA, BRAMBORY                          | 1,3,6,7      |
| 8.10.<br>neděle   | Uherská                   | 1 | KRŮTÍ MASO NA PÓRKU, BRAMBOROVÁ KAŠE              | 1,6,7        |
| 9.10.<br>pondělí  | Hovězí vývar s těstovinou | 1 | KUŘE ALÁ SVÍČKOVÁ, KARLOVARSKÝ KNEDLÍK            | 1,3,7,9,10   |
|                   |                           | 2 | DRŮBEŽÍ JÁTRA NA SLANINĚ, HRÁŠKOVÁ RÝŽE           | 1,7          |
| 10.10.<br>úterý   | Francouzská               | 1 | ZAPEČENÝ VEPŘOVÝ PLÁTEK, VAŘENÉ BRAMBORY          | 1,3,7        |
|                   |                           | 2 | MAĎARSKÝ PERKELT Z KUŘECÍHO, TĚSTOVINY            | 1,3,7        |
| 11.10.<br>středa  | Selská                    | 1 | VEPŘOVÝ ZÁVITEK SE ŠUNKOU A SÝREM, BRAMBORY       | 1,3,6,7      |
|                   |                           | 2 | VAŘENÉ HOVĚZÍ MASO, KOPROVÁ OMÁČKA, HOUSK.KNEDLÍK | 1,3,6,7      |
| 12.10.<br>čtvrtek | Pohanková se zeleninou    | 1 | VEPŘOVÁ PLEC NA ŽAMPIÓNECH, DUŠENÁ RÝŽE           | 1,3,6,7      |
|                   |                           | 2 | KRŮTÍ PRSA V KEDLUBNÁCH, VAŘENÉ BRAMBORY          | 1,3,7        |
| 13.10.<br>pátek   | Rajská s vločkami         | 1 | SIKULSKÝ GULÁŠ, HOUSKOVÝ KNEDLÍK                  | 1,3,6,7      |
|                   |                           | 2 | KUŘECÍ NA KARI, VAŘENÉ BRAMBORY                   | 1,3,7        |

|                   |                             |   |   |            |
|-------------------|-----------------------------|---|---|------------|
| 14.10.<br>sobota  | Celerová                    | 1 | NÁMOŘNICKÉ MASO, BRAMBORY                         | 1,6,7      |
| 15.10.<br>neděle  | Kmínová s vejci             | 1 | MAMINČINO KUŘE, TĚSTOVINY                         | 1,3,7      |
| 16.10.<br>pondělí | Špenátová                   | 1 | SMAŽENÉ RYBÍ FILÉ, VAŘENÉ BRAMBORY                | 1,3,4,7    |
|                   |                             | 2 | MASOVÉ KOULE, RAJČATOVÁ OMÁČKA, HOUSKOVÝ KNEDLÍK  | 1,3,6,7    |
| 17.10.<br>úterý   | Hovězí vývar s těstovinou   | 1 | VEPŘOVÁ PLEC, DUŠENÁ KAPUSTA, BRAMBORY            | 1,6,7      |
|                   |                             | 2 | KUŘECÍ PLÁTEK SE ŠUNKOU A JABLKY, BRAMBOROVÁ KAŠE | 1,3,6,7    |
| 18.10.<br>středa  | Pórková                     | 1 | HOVĚZÍ PEČENĚ NA ČESNEKU A SLANINĚ, RÝŽE          | 1,3,7      |
|                   |                             | 2 | VEPŘOVÉ MASO V MRKVI, VAŘENÉ BRAMBORY             | 1,6,7,3    |
| 19.10.<br>čtvrtek | Slepičí vývar se strouháním | 1 | SRBSKÉ RIZOTO SYPANÉ SÝREM, OKURKA                | 1,3,6,7    |
|                   |                             | 2 | SKOTSKÉ VEJCE, BRAMBOROVÁ KAŠE                    | 1,3,7      |
| 20.10.<br>pátek   | Zeleninová                  | 1 | ŽEMLOVKA S JABLKY                                 | 1,3,6,7    |
|                   |                             | 2 | VEPŘOVÁ ROŠTĚNÁ PŘÍRODNÍ, VAŘENÉ BRAMBORY         | 1,3,6,7    |
| 21.10.<br>sobota  | Italská s jáhly             | 1 | FRANCOUZSKÉ BRAMBORY SE ŠUNKOU                    | 1,3,6,7,9  |
| 22.10.<br>neděle  | Čočková z červené čočky     | 1 | KRŮTÍ PLÁTEK NA MÁSLOVÉ ZELENINĚ, BRAMBORY        | 1,9        |
| 23.10.<br>pondělí | Jarní zeleninová            | 1 | KAPUSTOVÝ KARBANÁTEK, BRAMBOROVÁ KAŠE             | 1,3,7      |
|                   |                             | 2 | VEPŘOVÉ DOMAŽLICKÉ RAGÚ, TĚSTOVINY                | 1,3,6,7    |
| 24.10.<br>úterý   | Květáková                   | 1 | MAĎARSKÝ GULÁŠ, HOUSKOVÝ KNEDLÍK                  | 1,3,6,7    |
|                   |                             | 2 | VEPŘOVÝ PLÁTEK, PÓRKOVÁ OMÁČKA, BRAMBORY          | 1,3,7      |
| 25.10.<br>středa  | Hovězí vývar s kapáním      | 1 | KUŘECÍ NUDLIČKY NA BYLINKÁCH, VAŘENÉ BRAMBORY     | 1,3,7      |
|                   |                             | 2 | ZÁHORÁCKÝ ZÁVITEK (KYSANÉ ZELÍ), BRAMBOROVÁ KAŠE  | 1,3,6,7,12 |
| 26.10.<br>čtvrtek | Bramborová s paprikou       | 1 | KRŮTÍ S DUŠENOU MRKEV S HRÁŠKEM, BRAMBORY         | 1,7        |
|                   |                             | 2 | KUŘECÍ JÁTRA, DUŠENÁ RÝŽE                         | 1,3,7      |
| 27.10.<br>pátek   | Drůbeží vývar s kapáním     | 1 | VEPŘOVÉ RAGÚ, BRAMBOROVÁ KAŠE                     | 1,6,7,9    |
|                   |                             | 2 | BRAMBOROVÉ ŠÍŠKY S MÁKEM, CUKREM A MÁSLEM         | 1,3,7,8    |
| 28.10.<br>sobota  | Hnědá s praženou krupicí    | 1 | KUŘECÍ PLÁTEK S RAJČATY A SÝREM, BRAMBORY         | 1,3,7      |
| 29.10.            |                             | 1 | VEPŘOVÉ MASO PO ČÍNSKU, DUŠENÁ RÝŽE               | 1,3,7,9,10 |

|         |                            |   |  |              |
|---------|----------------------------|---|--|--------------|
| neděle  | Hovězí vývar s nudlemi     |   |  |              |
| 30.10.  | Hráškový krém              | 1 | HOLANSKÝ ŘÍZEK, BRAMBOROVÁ KAŠE                    | 1,3,6,7      |
| pondělí |                            | 2 | RUSKÁ VEPŘOVÁ PEČENĚ, TĚSTOVINY                    | 1,3,6,7      |
| 31.10.  | Slepičí vývar se zeleninou | 1 | VEPŘ. NUDLIČKY PO MEXICKU (KUKUŘICE, FAZOLE), RÝŽE | 1,3,6,7,9,10 |
| úterý   |                            | 2 | KUŘECÍ STEHNO NA KOŘENOVÉ ZELENINĚ, BRAMBORY       | 1,7          |

alergeny v polévkách: 1,3,6,7,9,10

Menu označené žlutě je vhodné i pro žlučňkovou D4 dietu.