

# Dům pokojného stáří Zlín, NADĚJE, pobočka Zlín

Jídelní lístek 10. – 16. 2. 2025

Den	Pondělí	Úterý	Středa	Čtvrtek	Pátek	Sobota	Neděle
	10. 2.	11. 2.	12. 2.	13. 2.	14. 2.	15. 2.	16. 2.
<b>Snídaně (Šetřící dieta)</b>	pom. z peč. zeleniny, graham. veka	povidla/dia džem, máslo, chléb, káva /dia	kapiový salám, rama, chléb	celerová pomazánka, graham. veka	míchaná vejce, chléb	sýr porc., chléb	závin jablkový/dia, kakao/dia
<b>Přesnídávka – dia (Šetřící dieta)</b>	kompot dia	kiwi	kefír	banán	rajče / okurek	banán	džus
<b>Polévka (Šetřící dieta)</b>	pohanková	rajská s rýží	droždová	vývar s nudlemi	francouzská	pórková	bramborová
<b>Oběd (Šetřící dieta)</b>	bretaňské fazole s vepř. masem, chléb (čočka č. v zelenině s v. masem)	zapékané brambory, kys. okurek (okurek č.)	krutí plátek na žampionech, kari rýže	vepř. řízek, brambory šťouchané, kompot (přír.řízek)	koláč s ovocem a drobenkou / dia	masová omáčka, knedlík	kuře peč., duš. rýže, okurek kys. (okurek č.)
<b>Svačina (Šetřící dieta)</b>	šl. tvaroh s piškoty a ov. rozvarem	strouh. mrkev s jablky	mandarinka	jogurt/dia	sýrový loupák	mřížka sladká / dia	oplatek / dia
<b>Večeře (Šetřící dieta)</b>	brambory s cibulkou, kyškou/mlékem (s máslem a pažitkou)	niva pomazánka, graham veka	citronová babeta, kakao / dia	paštiková pom., chléb (šunka, rama)	sardinková pomazánka, chléb	pochoutkový salát, rohlík (yofresh)	tlačenka, chléb s cibulí a octem (šunková pěna)
<b>2. večeře - dia</b>	veka, rama	chléb, pom. máslo, rajče	chléb, pom. máslo, kráj. zelenina	veka, máslo, rajče	kefír	přesnídávka	tvaroh. krém 50g

Změna jídelníčku vyhrazena.

Seznam alergenů, obsažených v podávaných pokrmech a nápojích, je k dispozici v kuchyni.

**Vedoucí domova:**

Mgr. Žaneta Zlámalová

**Zdravotní dozor – nutriční terapeut:**

Michaela Hrbáčková

**Tvorba jídelníčku:**

Michaela Hrbáčková

Bc. Jan Varga