

# Dům pokojného stáří Zlín, NADĚJE, pobočka Zlín

Jídelní lístek 6. – 12. 1. 2025

Den	Pondělí	Úterý	Středa	Čtvrtek	Pátek	Sobota	Neděle
	6. 1.	7. 1.	8. 1.	9. 1.	10. 1.	11. 1.	12. 1.
<b>Snídaně (Šetřící dieta)</b>	špenátová pomazánka, chléb	plátkový sýr, máslo, graham. veka, rajče	pom. z č. čočky, chléb	lučinová pomazánka s mrkví, chléb	smažená vejce, chléb	jogurt / dia, rohlík	vánočka/dia, máslo, kakao/dia
<b>Přesnídávka – dia (Šetřící dieta)</b>	kompot	banán	rajče/okurek	kiwi	mandarinka	přesnídávka / dia	džus / dia
<b>Polévka (Šetřící dieta)</b>	zeleninová	pórková	krémová kuřecí kari	z vaj. jíšky	hrachová s uzeninou <b>(hrstková šetř.)</b>	milionová	vývar s rýží a hráškem
<b>Oběd (Šetřící dieta)</b>	játra na smetaně, knedlík	kuřecí řízek, brambor. kaše	halušky se zelím a slaninou <b>(s čín. zelím)</b>	azu po tatarsku, duš. rýže	žemlovka s jablky a tvarohem/dia	vepřové po zahradnicku, brambory	kuřecí soté, těstoviny
<b>Svačina (Šetřící dieta)</b>	puddink s piškoty/dia	chléb, pom. máslo s mrkví	mandarinka	mřížka/dia	loupák sýrový	banán	oplatek / dia
<b>Večeře (Šetřící dieta)</b>	salám vysočina, rama, chléb (šunka)	perník, káva/dia	peč. maso stud., chléb, hořčice, okurek <b>(kečup, okurek č.)</b>	brambory s cibulkou, mléko/kyška <b>(s máslem a pažitkou)</b>	tuňáková pomazánka, graham. veka	šunka, rama, chléb	sýr porc., chléb
<b>2. večeře - dia</b>	veka, kefír	grah. veka, rama	kefír	chléb, máslo, kráj. zelenina	chléb, rama	veka, pom. máslo, pórek	krém tvaroh.

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