

	SENECURA SENIORCENTRUM OLOMOUC		JÍDELNÍ LÍSTEK od 5. prosince do 12. prosince 2022					
	Pondělí	Úterý	Středa	Čtvrtek	Pátek	Sobota	Neděle	
	5. prosince	6. prosince	7. prosince	8. prosince	9. prosince	10. prosince	11. prosince	
Snídaně	Džemové máslo, pečivo, káva s mlékem nebo čaj (1,3,7)	Vajíčková pomazánka, krájená zelenina, pečivo, káva s mlékem nebo čaj (1,3,7)	Šunková pěna s krájenou zeleninou, pečivo, káva s mlékem nebo čaj (1,3,7)	Míchaná vejce na cibulce, pečivo, bílá káva nebo čaj (1,3,7,8)	Rohlík, Lučina, káva s mlékem nebo čaj (1)	Obložený talířek s Vysočinou, žervé, krájenou zeleninou, pečivo, káva s mlékem nebo čaj (1,3,7)	Loupáček, Kakao Granko nebo čaj (1,3,7)	
Přesnídávka	Dýňový kompot	Mandarinkový kompot	Broskvový kompot	Třešňový kompot	Švetkový kompot	Hroznový kompot	Jablečný kompot	
Polévka oběd	Rajská s těstovinou (1,7,9)	Hovězí vývar se zeleninou, těstovinou a játrovou rýží (1,3,9)	Čočková se zeleninou (1,3,6,9)	Drůbeží vývar se zeleninou a vlasovými nudlemi (1,3,7,9)	Gulášová s masem a bramborem (1,3,7,)	Česneková s kroupami a vejci (1,3,7)	Houbová bramboračka (1,3,7,9)	
Menu oběd 1	Smažený vepřový řízek s bramborovou kaší (1,3,7)	Kuřecí nudličky po valticku, těstoviny (1,3,7,9)	Dušené hovězí kostky na žampionech, houskové knedlíky (1,9)	Cikánské vepřový plátek, vařené brambory (1,9,10)	Pardubické perníkové knedlíky s tvarohovým přelivem (1,3,7) Nedoporučujeme pro dietu č.9	Pečené kuřecí stehno na slanině a jablkách, vařené brambory (1)	Uzené maso, bramborová kaše, cibulka na sádle (1,3,7,9)	
Menu oběd 2	Tvarohová žemlovka s jablky, cukr se skořicí, máslo (1,3,7) Není vhodné pro dietu č.9	Pajšlová omáčka, houskové knedlíky (1,37,9)	Treska pečená na roštu, koprovo citronový přeliv, vařené brambory (3,4,7)	Vařené vejce, žampionová omáčka, vařené brambory (1,7,)	Sekaná svíčková, žemlový knedlík, brusinkový terč (1,3,7,9)	Houbová tarhoňa se zeleninou a rajčaty (1,7)	Pečený jitrnicový prejt, vařené brambory (7,9)	
Dezert / salát	Zeleninový salát	Šlehaný krém (1,3,7)	Strouhaná červená řepa ve sladkokyselém nálevu	Zelný salát	Mrkvový salát	Zeleninový salát	Salát z kysaného zelí	
Svačina	Puding s piškoty a polevou (1,3,7,8)	Krupicový dezert s příchutí (1,3,7)	Narozeninová oslava	Kakaový řez s marmeládou a kokosem (1,3,7)	Chléb s pomazánkou, ozdoba (1,3,7,8)	Jogurt s příchutí (1,3,6,7)	Muffin (1,3,6,7)	
Večeře	Tavený sýr s pažitkou, plátkový sýr, pečivo, čerstvá krájená zelenina (1,3,7)	Řunáková pěna s vejci, pečivo, okurek (1,3,4,9)	Rama máslová, chléb (1,7)	Toustový chléb se sardinkovou pomazánkou ozdobený(1,3,7)	Zeleninová ratatouille s těstovinou (1,9)	Krupicová kaše s kakaem a moučkovým cukrem, přelitá máslem (1,7)	Vídeňské párky s plnotučnou hořčicí a chlebem (1)	
Druhá večeře určeno pro dietu č. 9	Jablko se sýrem a tmavým pečivem (1,7)	Dia ovocná přesnídávka, tmavé pečivo (1)	Celozrnný chlebiček s dietní šunkou a salátovou okurkou (1,3,7,8)	Tmavé pečivo, rostlinné máslo, rajče (1,3,7)	Tmavé pečivo se žervé a rajčetem (1,3,7)	Bílý jogurt s dia marmeládou, tmavé pečivo (1,7)	Tmavé pečivo se sýrem a zeleninou (1,3,7)	
 Alergeny vyznačeny v závorce za pokrmem. Na požádání lze připravit i vegetariánskou stravu. Veškerou stravu jsme schopni připravit i v dietních úpravách, pokud není stanoveno jinak. U snídani a večeři nabízíme mimo jídelní lístek výběr pečiva, marmelády, paštiky, sýry, uzeniny a pod. ("švédský stůl") Pokrmy jsou určené k přímé spotřebě  PŘEJEME VÁM DOBROU CHUŤ JÍDELNÍ LÍSTEK PRO VÁS PŘIPRAVIL: Martin Závodný s kolektivem								