SENIORCENTRUM
SENECURA LIBEREC

JÍDELNÍ LÍSTEK od 2.11.2020 do 8.11.2020

	Pondělí	Úterý	Středa	Čtvrtek	Pátek	Sobota	Neděle
	02.11.2020	03.11.2020	04.11.2020	05.11.2020	06.11.2020	07.11.2020	08.11.2020
Snídaně	Rohlík s máslem a tvrdým salámem, čerstvá zelenina, káva s mlékem nebo čaj (1,3,7)	Houska s taveným sýrem, zeleninová přízdoba, káva s mlékem nebo čaj (1,3,7)	Meruňkový koláč, kakao nebo čaj (1,3,6,7)	Jogurt se strouhanou čokoládou, rohlík, bílá káva nebo čaj (1,3,5,6,7,8)	Toustový chléb s pikantní zeleninovou pomazánkou, káva s mlékem nebo čaj (1,3,7)	Litý koláč s ovocnou náplní, bílá káva nebo čaj (1,3,6,7)	Rohlík s pomazánkovým máslem, řez rajčete, káva s mlékem nebo čaj (1,3,7)
Přesnídávka	Ovoce dle denní nabídky	Ovocná přesnídávka	Ovoce dle denní nabídky	Zelenina dle denní nabídky	Ovocná přesnídávka	Jablečné pyré	Ovoce dle denní nabídky
Polévka oběd	Krémová polévka z rybího filé (1,4,7,9)	Zeleninový vývar s italskými bylinkami a opečeným toustem (1,3,7,9)	Uzený krém se zeleninou a bramborami (1,3,7,9)	Drůbeží vývar s kořenovou zeleninou a nudlemi (1,3,7,9)	Zelná smetanová polévka s bramborem (1,3,7,9)	Mléčná polévka se šlehaným vejcem (1,3,7)	Hovězí vývar s restovanou zeleninou a písmenky (1,3,7,9)
Menu oběd 1	Nudličky tří barev s paprikou, jasmínová rýže (1,7)	Jitrnice, vařený brambor, kysané zelí (1,7,9)	Krůtí kostky na slanině, špenát, bramborový knedlík s cibulkou (1,3,6,7)	Vepřový řízek, řez citronu, vařené brambory (1,3,7)	Rozlítaný španělský ptáček, houskový knedlík (1,3,7,9,10)	Plněná sekaná vaječnou fáší se zeleninou, vařený brambor (1,3,7)	Vepřové plátky na houbách a kmíně, dušená hrášková rýže (1,7)
Menu oběd 2	Smažené žampiony, vařené brambory, tatarská omáčka (1,3,7,9,10)	Zbruf z hovězího masa se špagetymi a strouhaným sýrem (1,3,7)	Rybí filé v zeleninovém leču, kuskus (1,7,9,10)	Zeleninové rizoto sypané strouhaným sýrem (7)	Taštičky s jablečnou náplní, sypané skořicovým cukrem, přelité máslem. Nedoporučujeme pro dietu č.9 (1,3,7)	Maminčino kuře s drůbežími játry a těstovinami (1,3,7)	Bretaňská dušená zelenina na másle, vařený brambor (7)
Dezert/salát	Okurkový salát	Ořechový koláč (1,3,6,7)	Ovocný kompot	Rajčatový salát	Ovocný salát	Broskvový kompot	Čokoládový koláč (1,3,6,7)
Svačina	Celozrnný chléb s máslem a rajčetem(1,7,11)	Zelenina dle denní nabídky	Toustový chléb s bylinkovým žervé (7)	Šlehaný tvaroh s piškoty (1,3,7)	Zeleninový salát s jogurtovým dresinkem a olivami, veka (1,3,7)	Šunkový chlebíček (1,3,7)	Jogurt s ovocem (7)
Večeře	Vídeňské párky s křenem a hořčicí, chléb (1,3,7)	Pomazánka "Sloní žrádlo", pečivo (1,3,7,10)	Míchaná vajíčka s cibulkou, pečivo (1,3,7)	Obložený chléb s debrecínkou a sýrem, máslo, čerstvá zelenina (1,3,7)	Palačinky s marmeládou (1,3,7)	Cuketová nádivka, chléb s máslem (1,3,7)	Sýrový talířek, čerstvá zelenina, pečivo (1,3,7)
Druhá večeře	Bílý jogurt, tmavé pečivo (1,3,7)	Plátkový sýr, jablko, tmavé pečivo (1,3,7)	Dietní šunka, tmavé pečivo, žervé, rajče (1,3,7)	Ovocná dia přesnídávka	Chléb s taveným sýrem a okurkou (1,3,7)	Plátkový sýr, ovoce, tmavé pečivo (1,3,7)	Dia sušenka (1,3,5,6,7,8)

Alergeny vyznačeny v závorce za pokrmem.

Na požádání lze připravit i vegetaránskou stravu. Veškerou stravu jsme schopni připravit i v dietních úpravách, pokud není stanoveno jinak. U snídaní a večeří nabízíme mimo jídelní lístek výběr pečiva, marmelády, paštiky, sýry, uzeniny a pod. ("švédský stůl")

PŘEJEME VÁM DOBROU CHUŤ

JÍDELNÍ LÍSTEK PRO VÁS PŘIPRAVIL:

ŠÉFKUCHAŘ
Barbora Beránková