

JÍDELNÍ LÍSTEK



Dobrou chuť!



Vážená pacientko, vážený paciente,

kromě optimálního lékařského ošetření Vám nabízíme i vyváženou stravu podle nejnovějších nutričních poznatků.

K snídani, obědu i večeři jsme pro Vás připravili pestrý výběr nejrozmanitějších pokrmů, které Vás kulinářsky rozmazlí.

Charakteristickým znakem našich pokrmů je ryzí chuť a vybraná koření bez příměsí. V naší polední nabídce se obejdeme bez zvýrazňovačů chutí, konzervačních látek (s výjimkou soli k nasolování) a umělých barviv i aromat.

Vyberte si z tohoto jídelníčku svá jídla na každý den individuálně podle chuti a preferencí.

Přejeme Vám dobrou chuť a dobré zotavení!



Snídaně

Hotové snídaně

Klasická snídaně

Krůtí pivní šunka, máslový sýr, džem (2, 3, 8, g)

Sladká snídaně

Máslový rohlík (aa, c, f, g, hg), džem, med, nugátovo-ořechový krém (aa, c, g, hg)

Sýrová snídaně

Máslový sýr, ementál, čerstvý sýr, tavený sýr (g)

Fitness snídaně

Krůtí pivní šunka, čerstvý sýr, med, porce müsli (2, 3, 5, 8, 13, aa, ab, ac, ad, ae, g)

Vyberte si housky a chléb.

Pečivo

Houska (aa, f)
Vícezrná houska (aa, ab, ad, f, k)
Žitná houska (aa, ab, g)
Celozrný chléb (aa, ab)
Vícezrný chléb (aa, ab, ad, k)
Pšenično-žitný chléb (aa, ab)
Bílý chléb (aa, ab)
Knäckebröt (aa, ab, ac, g, k)
Suchar (aa)
Krekr (a, g)

Na pečivo

Máslo (g)
Dietní margarín (1)
Džem, med
Nugátovo-ořechový krém (g, hb)
Přírodní tvaroh (g)

Výběr uzenin

Krůtí pivní šunka (2, 3, 8, 13)
Drůbeží paštika (2, 3, 16)
Čajovka (2, 3, 13, 101)
Nářez z vepřové pečeně Kasseler (2, 3, 8, 13, 101)
Vařená šunka (2, 3, 8, 13, 101)
Drůbeží salám (1, 2, 3, 13)
Pečeně s krustou (2, 3, 8, 101)

Výběr sýrů

Máslový sýr (g), ementál (g),
čerstvý sýr (g), tavený sýr (g)

Něco navíc

Jogurt s ovocem (g), přírodní jogurt (g),
sezónní ovoce,
müsli (2, 5, aa, ab, ac, ad, ae, g),
kukuřičné lupínky (ac), vař. vejce (c) (pouze v neděli)
Ovocné pyré (3)

Nápoje

Zrnková káva, káva bez kofeinu,
černý čaj, mátový čaj, heřmánkový čaj,
ovocný čaj, fenyklový čaj, bylinkový čaj,
šípkový čaj, mléko studené / teplé (g),
kakao studené / teplé (g)



Oběd

Hovězí

Menu 1: Základní dieta

Měkká svíčková pečeně

se salátem z červeného zelí s jablky, vařené brambory (i)

Menu 2: Základní dieta

Rigatoni al forno

Rigatoni v jemně kořeněné zeleninové omáčce s mletým hovězím, zapečené se strouhaným sýrem Gouda (a, aa, g, i)

Vepřové

Menu 3: Základní dieta

Pikantní karbanátek

obložený paprikou a hráškovými lusky, vlnité nudle (a, aa, c, i, 3,7)

Menu 4: Šetřicí dieta

Královecké klopsy

v jemné kaparové omáčce, s karotkou a bramborovou kaší (a, aa, c, g, i)

Menu 5: Základní dieta

Soljanka

Vydatný guláš s křupavými proužky papriky a okurky a kostičkami salámu Krakauer a salámu (3, 7, g, i, j)

Drůbež

Menu 6: Základní dieta

Filet z kuřecích prsou „špenát a rajče“

v omáčce ze špenátových listů a sýra zjemnělé
rajčaty, vařené brambory (g)

Menu 7: Šetřicí dieta

Kuřecí frikasé

v jemné omáčce s žampiony, karotka a dlouhozrnná rýže (g)

Menu 8: Šetřicí dieta

Vývar s nudlemi

Silný kuřecí vývar s kolínky, mrkví, brokolicí a kuřecím masem (a, aa,c)

Ryby

Menu 9: Základní dieta

Filet z tresky pestré

Do zlatohněda osmažené filé z tresky v trojobalu s pikantní remuládou a petržellovými bramborami (a, aa, c, d, g,i, j)



Oběd

Vegetariánský oběd

Menu 10: Šetřící dieta

Omeleta „Zahradnice“

plněná bílou omáčkou, brokolicí a mrkví, bramborová kaše s bylinkami (a, aa, c, g)

Menu 11: Šetřící dieta

Špenátovo-bramborový nákyp

zapečený se sezamem a sýrem Gouda (a, aa, g, n)

Menu 12: Základní dieta

Spaghetti alla Napoli

Mini špagety se šťavnatou rajčatovou omáčkou (a, aa, c)

Veganský oběd

Menu 13: Základní dieta

Chili sin Carne

s červenými fazolemi, paprikou, rajčaty, kukuřicí a bílými fazolemi, celozrnná rýže

Menu 14: Šetřící dieta

Pestrý zeleninový guláš

s kostičkami brambor, brokolicí, mrkví, kedlubnou, květákem a celerem (l)

Sladký oběd

Menu 15: Šetřící dieta

Mléčná rýže

lahodná mléčná rýže sypaná skořicí, se šťavnatými višněmi (g)

Výběr jednotlivých položek:

Hlavní položky

- Proužky z krůtích prsou ve šťavnaté omáčce
- Hovězí guláš v omáčce
- Míchaná vejce (c)
- Grilované filetové řezy z tresky pestré (d)

Zelenina

- Baby karotka
- Smetanový špenát (g, i)
- Růžičky brokolice

Přílohy

- Brambory
- Bramborová kaše
- Nudle (a, aa)
- Dlouhozrnná rýže
- Krekr (a, g)

Omáčky

- Hnědá omáčka (i)
- Bílá omáčka (g)
- Rajčatová omáčka



Večeře

Hotové večeře

Klasická večeře

Krůtí lovecký salám, sýr Gouda, tavený sýr (2, 3, 8, g, hg)

Sýrový talíř

Gouda, Tilsiter, Camembert, tavený sýr (g)

Lahůdkový talíř

Vařená šunka, pečeně s krustou, drůbeží salám, drůbeží paštika

Fitness talíř

Vařená šunka, Gouda, vegetariánská paštika, bylinkový tvaroh, zeleninová svačinka (1, 2, 3, 8, 13, 101, f, g)

Vyberte si chléb.

Pečivo

Celozrnný chléb (aa, ab)

Vícezrnný chléb (aa, ab, ad, k)

Pšenično-žitný chléb (aa, ab)

Bílý chléb (aa, ab)

Knäckebröt (aa, ab, ac, g, k)

Suchar (aa)

Krekr (a, g)

Nápoje

Zrnková káva, bezkofeinová káva, černý čaj, mátový čaj, heřmánkový čaj, ovocný čaj, fenýklový čaj, bylinkový čaj, šípkový čaj, mléko studené / teplé (g), kakao studené / teplé (g)

Na pečivo

Máslo (g)

Dietní margarín (1)

Džem, med

Přírodní tvaroh (g), bylinkový tvaroh (g), vegetariánská paštika (1, f)

Výběr uzenin

Krůtí lovecký salám s pistáciemi (2, 3, 8, hg)

Drůbeží paštika (1, 2, 3, 8, 13, 16, 101)

Čajovka (2, 3, 13, 101)

Pečeně s krustou (2, 3, 8, 101)

Vařená šunka (2, 3, 8, 13, 101)

Drůbeží salám (1, 2, 3, 13)

Nárez z vepřové pečeně Kasseler (2, 3, 8, 13, 101)

Výběr sýrů

Gouda (g), Tilsiter (g), Camembert (g), čerstvý sýr (g), tavený sýr (g)

Něco navíc

Jogurt s ovocem (g), přírodní jogurt (g), Sezónní ovoce, zeleninová svačinka

Různé obměňované večerní přídatky:

Filet ze sledě v rajčatové omáčce (9, 10, d, j), masový salát (2, c, d, i, j), drůbeží salát (2, 10, 16, c, f, i), vaječný salát (2, c, f, j), tuňákový salát (2, c, d)



Prohlášení o našich pokrmech

Označení alergenů

(a)	obiloviny obsahující lepek
aa	pšenice
ab	žito
ac	ječmen
ad	oves
ae	špalda
af	kamut
b	korýši
c	vejce
d	ryby
e	arašídý
f	sója
g	mléko (včetně laktózy)
(h)	skořápkové plody
ha	mandle
hb	lískové ořechy
hc	vlašské ořechy
hd	kešu
he	pekanové ořechy
hf	para ořechy
hg	pistácie
hh	makadamové ořechy
i	celer
j	hořčice
k	sezam
l	siřičitany / oxid siřičitý
m	lupin
n	obsahuje měkkýše

Povinně deklarované přísady

1	s barvivem
2	s konzervační látkou
3	s antioxidantem
4	se zvýrazňovačem chuti
5	sířeno
7	se solí k nasolení
8	s fosfátem
9	se sladidlem
10	s nějakým druhem cukru a sladidlem
13	baleno v ochranné atmosféře
16	s obsahem drůbežího masa
101	s vepřovým masem a želatinou



Náš jídelníček v dalších jazycích:



(němec)



(anglicky)



(polsky)



St. Carolus Krankenhaus Görlitz
Carolusstraße 212 · 02827 Görlitz

www.carolus-goerlitz.de



St. Johannes Krankenhaus Kamenz
Nebelschützer Str. 40 · 01917 Kamenz

www.johannes-kamenz.de