

# 2. týden



Den	Snídaně	Oběd	Večeře	
Po	<b>MIX</b> – pudinkový krém 115 ml s tvarohem 50 g čokoládový, zdobení; zvlášť porce 50 g zcela rozmixovaných piškotů; porce hladce mixovaných arašídů? 40 g + na svačinu bílý jogurt 150 g	<b>MIX</b> – polévka fazolová 250 g mix; treska 100 g se sýrem 35 g mix; bramborová kaše s troškou špenátu 50 g pro barvu, přízdoba kapie	<b>MIX</b> – kaše masová 150 g, zdobení kapie; bramborovo-celerové pyré (150 g : 150 g)	<b>2. večeře</b> <b>MIX</b> – přesnídávka <b>Svačina</b> <b>MIX</b> – ochucené jogurtové mléko 250 ml, zvlášť 50 g cornflaků mixovaných
Út	<b>MIX</b> – porce Nutrikaše 150 g jahoda; jogurt ovocný 150 g	<b>MIX</b> – polévka zeleninový s kapáním 250 g; kaše kuřecí s bílky 150 g, houbová omáčka se smetanou 150 g MIX; kuskus mix 250 g	<b>MIX</b> – jemné krokety (směs na krokety, ale upraveno do měkka bez kůrky, tvarováno do kopečku) s rajskou, ale dia vel. přílohy a 4S dia omáčka	<b>2. večeře</b> <b>MIX</b> – jogurt bílý <b>Svačina</b> <b>MIX</b> – vanilkový pudink 115 g + s jablky a skořicí 40 g
St	<b>MIX</b> – tvarohová pomazánka provensálská (s protlakem a provensál. bylinkami), 40 g suchar MIX; porce dýňové semínko 20 g hladce mix; přesnídávka jablečná	<b>MIX</b> – polévka indická z červené čočky; hovězí maso mix 100 g; svíčková omáčka 100 g; rýže mix s tymiánem (kopeček) 250 g	<b>MIX</b> – vepřové přírodní mix; přelité omáčkou z brokolice, šťávy z masa a smetany (špetka bílého pepře); bramborová kaše mix	<b>2. večeře</b> <b>MIX</b> – kyselo-ovocný mix 250 g (hladký) <b>Svačina</b> <b>MIX</b> – jogurt na pití Kunín 300 g; oblíbené kuličky slazené 40 g mixované (v misce)
Čt	<b>MIX</b> – domácí „pacholík“ s karamellem; zvlášť MIX slazené „snídaňové cereálie“ 40 g; přesnídávka	<b>MIX</b> – polévka bramborová na kyselo 250 g; čevapčiči směs 100 g (stejná směs, s přidáním lžičky 10 g hořčice, připravovaná zvlášť do měkka a hladce mixovaná, tvarovaná do kopečku); brambory 250 g s máslem 10 g a sladkou paprikou mix (kopeček); přízdoba červ. Řepa	<b>MIX</b> – hovězí na divoko mix; přelité šťávou a zeleninou mix; rýže mix kopeček 250 g	<b>2. večeře</b> <b>MIX</b> – kapiové žervé 80 g s jogurtem MIX + zvlášť 40 g s MIX suchar <b>Svačina</b> <b>MIX</b> – jogurtové mléko 320 ml

Den	Snídaně	Oběd	Večeře
<b>Pá</b>	<b>MIX</b> – lučina jarní 120 g MIX s mlékem 150 ml; Bake rolls nebo suchar mix 40 g	<b>MIX</b> – polévka cizrnová mix; vepřová po selsku 260 g mix; špenát 100 g; bramborová kaše 300 g	<b>MIX</b> – boloňská omáčka 160 g mix; těstoviny 250 g kopeček mix  <b>2. večeře</b> <b>MIX</b> – přesnídávka 150 g <b>Svačina</b> <b>MIX</b> – 120 g banánovo-broskvové 150 g smoothie (broskvové kompot); porce lněné semínko 40 g mix (ze hladce)
<b>So</b>	<b>MIX</b> – porce ovesná kaše čokoládová 60 g (příprava se 150 ml mléka, vařené do měkka, mixované s 50 ml kysané smetany 10%); svačina ovocný koktejl (směs ovoce dle sezóny)	<b>MIX</b> – polévka kmínová 250 g s vejcem; pečené kuřecí stehno 100 g s provensál. Koř. Mix (zjemněné máslem 10 g, mixované se šťávou z kuřete do sourduž. Pyrě); brambory mix se lžičkou rajského protlaku 40 g	<b>MIX</b> – kaše masová; kaše bramborová 280 g s mrkví 20 g (jen na dobarvení); přízdoba kapie  <b>2. večeře</b> <b>MIX</b> – žervé přírodní mix; 20 g Bake rolls česnekové sypaní <b>Svačina</b> <b>MIX</b> – jogurt ovocný 150 g; cornflakes mix 40 g
<b>Ne</b>	<b>MIX</b> – jogurtovo-žloutkový krém s ovocem; piškoty mix 40 g zvlášť; přesnídávka	<b>MIX</b> – polévka rajčatová 250 g se smetanou 50 ml; vepřové maso mix; omáčka ze šťávy a zeleniny; rýže kopeček (vařená s hřebíčkem a cibulí) mix	<b>MIX</b> – treska 50 g na másle 10 g mix; bramborová kaše 280 g s dýní 20 g mix  <b>2. večeře</b> <b>MIX</b> – tavený sýr šunkový 80 g s mlékem 150 ml (tvarohem) mix; suchar 40 g mix  <b>Svačina</b> <b>MIX</b> – tiramisu (možno použít rumovou třesť), u brčka kakaový koktejl s banánovým a skořic

Vytvořeno ve spolupráci s



Jídelníček sestavila

**Bc. Edita Weidenthalerová**

V případě dotazů nás kontaktujte  
[ortognatnioperace@gmail.com](mailto:ortognatnioperace@gmail.com)  
[www.ortognatnioperace.com](http://www.ortognatnioperace.com)