

# OBSAH

## **Poučení pro nemocné**

(úvodní slovo) 3

Potraviny zakázané 10

Potraviny doporučené 11

## **RECEPTÁŘ:**

### **Polévky**

S krupicovými nočky 12

Zeleninová s krupicí 12

S těstovinou 12

Rýžová 13

Hovězí s masem 13

Bramborová třená 13

### **Hlavní jídla**

Guláš s bramborem 14

Telecí závitok 14

Králík v mrkvi 14

Krůta dušená 15

Kuře pečené 15

Kuře na zelenině 15

Kuřecí plátek

s broskví 15

Kapr na modro 16

Kapr dušený 16

Kapr na kmíně 16

Kapr v alobalu 16

Kapr po mlynářsku 17

Rybí filé s jablky 17

Rizoto s masem a sýrem 17

Nudle s masem 17

Brambory plněné

masem 18

Masový pudink

se zeleninou 18

Špagety se sýrem 18

Zeleninové rizoto 19

Kukuřičná polenta

se špenátem 19

### **Sladká jídla**

Tvarohový knedlík 20

Ovocná omáčka 20

Ovocné knedlíky

z třetinového těsta 20

Sladké bramborové šišky 21

Nudlový nákyp s tvarohem

a jablky 21

Nudle s tvarohem 21

Žemlovka s jablky 22

Třená bublanina

s ovocem 22

Piškotová bábovka 22

Piškotová roláda 23

Tvarohový krém do

piškoty 23

### **Malá studená jídla**

Pomazánka z filé 24

Pomazánka

z telecího masa 24

Pomazánka z telecího masa

a šunky 24

Tvarohová pomazánka

se zeleninou 25

Sýrová pomazánka

s tvarohem 25

Žervé šlehané

s banánem 25

Jablkový rosol 25

Plněný pomeranč 25

Obložený talíř 26

### **Saláty**

Hlávkový 27

Mrkvový 27

Dušená mrkev 27

Mrkvový s meruňkami 28

Mrkvový s jablky 28

Ovocný I. 28

Ovocný II. 28