

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

piškotu 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