

OBSAH

Poučení pro nemocné	3	Rýžový nákyp	22
Zásady stravování, výběr potravin, recepty	10	Nákyp z polévkových nudlí s tvarohem	22
Polévky	13	Sladké knedlíky	23
Polévka rýžová s mrkví	13	Ovocné odpalované knedlíky	23
Polévka vločková s mrkví	13	Sypání na ovocné knedlíky	23
Polévka zeleninová s těstovinou/rýží	13	Pracharanda velmi šetřící	23
Polévka rajčatová	14	Strouhanka na noky i ovocné knedlíky	24
Polévka špenátová	14	Ovocná omáčka na noky i knedlíky na sladko	24
Polévka bramborová s petrželkou nebo libečkem	14	Tvarohový krém na noky	24
Polévka brokolicová, krémová	14	Kompoty, saláty	25
Hovězí polévka s nudlemi a masem	15	Jablečný kompot	25
Polévka s masem a těstovinou – jako hlavní jídlo	15	Salát z mrkve s jablky	25
Kuřecí polévka s masem a těstovinou	15	Jablkové pyré s broskví	25
Hlavní jídla	16	Přílohy	26
Vařená kuřecí prsa	16	Brambory	26
Vařené hovězí maso	16	Rýže	26
Králík na kmínu	16	Rýže předvařená, v sáčku	26
Dušená krůta na zelenině	17	Těstoviny	26
Filé se zeleninou	17	Bramborová kaše	27
Maso v mrkvi	17	Noky z krupice	27
Masový nákyp I	17	Noky z rýže	27
Masový nákyp II	18	Sýrové nočky	27
Rybí nákyp	18	Kupovaný knedlík	28
Musaka	18	Bramborový knedlík	28
Lasagne	19	Tvarohový knedlík	28
Bramborový nákyp se šunkou	19	Omáčky	29
Bezmasá jídla	20	Omáčka rajčatová	29
Nákyp z polévkových těstovin	20	Omáčka zeleninová	29
Těstovinový nákyp se zeleninou a sýrem	20	Zeleninová jídla	29
Sladká jídla, moučníky	21	Dušená baby karotka	29
Piškot s tvarohem a sněhem	21	Brokolice v páře	29
Jablečný moučník	21	Studená kuchyně	30
Sněhové pusinky	21	Toast	30
		Obložená bageta	30
		Nutriční hodnoty některých potravin	30