

# OBSAH

Poučení pro nemocné 3  
Potraviny doporučené 10  
Potraviny zakázané 10

## RECEPTÁŘ

### Polévky

Boršč 11  
Bulharská 11  
Drožďová s masem 12  
Drůbková se zeleninou 12  
Hovězí s masem 12

### Hlavní jídla

Biftek 13  
Hovězí maso v mrkvi 13  
Přírodní hovězí guláš 13  
Hovězí na houbách 14  
Cikánská pečeně 14  
Zbojnická roláda 14  
Gratinovaný telecí řízek 15  
Selská pečeně 15  
Vepřové v zelenině 15  
Uherský guláš 16  
Pikantní játra 16  
Masové suflé 16  
Jehněčí kotletky 17  
Skopové na majoránce 17  
Kapr na modro 17

### Zeleninová jídla

Brambory dušené s masem 18  
Plněná rajčata 18  
Zelný závitok 19  
Selská omeleta 19  
Zelenina s vejci 19  
Růžičková kapusta se sýrem 19  
Brambory s tvarohem 20  
Staročeské drbáky 20

Zeleninové rizoto 20  
Pečené brambory 21  
Bramborová kaše se žloutkem 21  
Brambory se škvarky 21  
Zapečená brokolice 21

### Sladká jídla

Rýžový nákyp s ovocem 22  
Čokoládový krém 22  
Rýže zapečená s meruňkami 22  
Oříškový dort s kávou 23  
Oříškové rohlíčky 23  
Tvarohový krém 23

### Malá studená jídla

Mrkvové pyré s meruňkami 24  
Jablkový rosol 24  
Sýrová pěna 24  
Žervé šlehané s banány 25  
Rychlý banán 25  
Pomazánka brynzová 25  
Pomazánka vaječná s droždím 25  
Šlehaný tvaroh s pažitkou 26  
Sýrová pomazánka česneková 26  
Šlehaný tvaroh se zeleninou I. 26  
Šlehaný tvaroh se zeleninou II. 26

### Saláty

Celerový s jablky 27  
Hlávkový s biokysem 27  
Mrkvový s křenem 27  
Fazolkový 28  
Ředkvičkový 28  
Šopský 28  
Z paprik a rajčat 28  
Zeleninový 29  
Slavnostní salát speciál 29  
Ovocný 29

# REJSTŘÍK

(podle základních použitých potravin)

### Brambory

Boršč 11  
Bramborová kaše se žloutkem 21  
Brambory dušené s masem 18  
Brambory s tvarohem 20  
Brambory se škvarky 21  
Bulharská polévka 11  
Pečené brambory 21  
Selská omeleta 19  
Staročeské drbáky 20

### Luštěniny

Bulharská polévka 11  
Fazolkový salát 28

Hovězí polévka s masem 12  
Vepřové maso v zelenině 15

### Maso

### Drůbež

Cikánská pečeně 14  
Drůbková polévka s zeleninou 12

### Hovězí

Biftek 13  
Boršč 11  
Bulharská polévka 11  
Cikánská pečeně 14