

# Jídelna s kuchyní Zlatá Kotva

MZSS Karlovy Vary - Jídelna s kuchyní pro seniory a zdravotně postižené  
Zlatá Kotva, Sokolovská 102/105, 360 05 Karlovy Vary – Rybáře,  
tel.353566552



**vedoucí provozu:**

Michal Pokorný

**Jídelní Lístek 1.10. - 6.10.2024**

**alergeny**

## Pondělí 30.9.2024

Polévka

Normální strava (3)

Šetřící dieta (2)

Diabetická dieta (9)

## Úterý 1.10.2024

Polévka	Zelňačka /3,9/ Zeleninový krém /2/	1,7,9
Normální strava (3)	Vepřový plátek na žampionech, rýže	1,6,9,10,11
Šetřící dieta (2)	Bramborové šišky se strouhankou a máslem, kompot	1,3,7
Diabetická dieta (9)	Špagety Carbonara, kompot DIA	1,3,7,9

## Středa 2.10.2024

Polévka	Kmínová polévka /3,2,9/	1,3,9
Normální strava (3)	Šunkofleky s uzeninou, okurka	1,3,7,9
Šetřící dieta (2)	Krůtí maso se sýrovou omáčkou, bramborové noky	1,3,7,9
Diabetická dieta (9)	Šunkofleky s uzeninou, červená řepa	1,3,7,9

## Čtvrtek 3.10.2024

Polévka	Jarní /3,2,9/	1,7,9
Normální strava (3)	Bratislavská vepřová pečeně, těstoviny	1,7,9
Šetřící dieta (2)	Vepřová plec na kmíně, vařené těstoviny	1,3,7
Diabetická dieta (9)	Máslový řízek, bramborová kaše, okurka DIA	1,3,7

## Pátek 4.10.2024

Polévka	Hovězí vývar s rýží a hráškem /3,2,9/	9
Normální strava (3)	Jitrnice, vařené brambory, zelný salát	1
Šetřící dieta (2)	Bulgur s kuřecím masem a mrkví, kompot	1
Diabetická dieta (9)	Fazole na kyselo s uzeninou, chléb	1,3

## Sobota 5.10.2024

Polévka	Hovězí vývar s pohankou a zeleninou /3,2,9/	9
Normální strava (3)	Pečené kuře, vařené brambory, kompot	1,3,7
Šetřící dieta (2)	Vepřové rizoto se zeleninou, sýr, červ. řepa	7,9
Diabetická dieta (9)	Pečené kuře, vařené brambory, kompot	1,3,7

## Neděle 6.10.2024

Polévka	Kuřecí vývar s nudlemi /3,2,9/	1,3,9
Normální strava (3)	Krůtí játra orient, rýže	1,7
Šetřící dieta (2)	Zeleninový nákyp s masem a sýrem, brambory	3,7,9
Diabetická dieta (9)	Krůtí játra orient, rýže	1,7

Jídlo je určeno k okamžité spotřebě

**Přejeme Vám dobrou chuť**  
**Změna jídelního lístku vyhrazena.**

**vedoucí kuchař:**  
Rybczuk Roman

# Jídelna s kuchyní Zlatá Kotva

MZSS Karlovy Vary - Jídelna s kuchyní pro seniory a zdravotně postižené  
Zlatá Kotva, Sokolovská 102/105, 360 05 Karlovy Vary – Rybáře,  
tel.353566552



vedoucí provozu:

Michal Pokorný

## Jídelní Lístek 7.10. - 13.10.2024

alergeny

### Pondělí 7.10.2024

Polévka	Slepičí vývar s kroupy /3,2,9/	1,9
Normální strava (3)	Vepřové maso dušené v kapustě, brambory	1,12
Šetřící dieta (2)	Kuřecí maso na kari, rýže	1,6,7,8,9,10,11
Diabetická dieta (9)	Vepřové maso dušené v kapustě, brambory	1,12

### Úterý 8.10.2024

Polévka	Zeleninový vývar se strouháním /3,2,9/	1,3,7,9
Normální strava (3)	Svíčková na smetaně, houskový knedlík	1,3,7,9
Šetřící dieta (2)	Vepřové kostky, zadělávaná mrkev, vař. brambory	1,7
Diabetická dieta (9)	Svíčková na smetaně, houskový knedlík	1,3,7,9

### Středa 9.10.2024

Polévka	Bramborová polévka /3,2,9/	1,9
Normální strava (3)	Plněný vepřový řízek nivou a šunkou, vařené brambory	1,3,7
Šetřící dieta (2)	Koprová omáčka, 2ks vejce, vařené brambory	1,3,7
Diabetická dieta (9)	Květákový nákyp s kuřecím masem, vařené brambory	3,7

### Čtvrtek 10.10.2024

Polévka	Hovězí vývar s játrovou rýží /3,2,9/	1,3,9
Normální strava (3)	Mexický hovězí guláš, rýže	1,7,12
Šetřící dieta (2)	Rybí filé ve vaječném těstíčku, bramborová kaše	1,3,7
Diabetická dieta (9)	Mexický hovězí guláš, rýže	1,7,12

### Pátek 11.10.2024

Polévka	Polévka z červené čočky s dietní uzeninou /3,2,9/	1
Normální strava (3)	Moravský vrabec, bramborový knedlík, špenát	1,3,7
Šetřící dieta (2)	Kuřecí maso, žampionová omáčka, vař. těstoviny	1,3,7
Diabetická dieta (9)	Uzené stehno, vařené brambory, špenát	1,3,7

### Sobota 12.10.2024

Polévka	Pórková polévka s brambory a vejcem /3,2,9/	1,3,7
Normální strava (3)	Zapečená brokolice se šunkou a sýrem, vař. brambory	3,7
Šetřící dieta (2)	Vepřový závitok se špenátem, brambory	1,7
Diabetická dieta (9)	Zapečená brokolice se šunkou a sýrem, vařené brambory	3,7

### Neděle 13.10.2024

Polévka	Zeleninový vývar s krupicovými noky /3,2,9/	1,3,7,9
Normální strava (3)	Krůtí maso na smetaně, těstovinová kolínka	1,3,7
Šetřící dieta (2)	Námořnické vepřové maso, dušená rýže	1,3,12
Diabetická dieta (9)	Krůtí maso na smetaně, těstovinová kolínka	1,3,7

Jídlo je určeno k okamžité spotřebě

**Přejeme Vám dobrou chuť**  
**Změna jídelního lístku vyhrazena.**

vedoucí kuchař:  
Rybczuk Roman

# Jídelna s kuchyní Zlatá Kotva

MZSS Karlovy Vary - Jídelna s kuchyní pro seniory a zdravotně postižené  
Zlatá Kotva, Sokolovská 102/105, 360 05 Karlovy Vary – Rybáře,  
tel.353566552



vedoucí provozu:

Michal Pokorný

## Jídelní Lístek 14.10. - 20.10.2024

alergeny

### Pondělí 14.10.2024

Polévka	Dýňová polévka se smetanou /3,2,9/	7,9
Normální strava (3)	Vepřový plátek, zadělávané fazolky, vařené brambory	1,7
Šetřící dieta (2)	Rybí filé po italsku, vařené brambory	3,7
Diabetická dieta (9)	Vepřový plátek, zadělávané fazolky, vařené brambory	1,7

### Úterý 15.10.2024

Polévka	Drůbeží vývar s kapáním /3,2,9/	1,3,9
Normální strava (3)	Špekové knedlíky s uzeným a zelím	1,3,7
Šetřící dieta (2)	Milánské špagety zapečené s vepř. masem, č.řepa	1,3,7
Diabetická dieta (9)	Fazole po breťansku, chléb	1,3

### Středa 16.10.2024

Polévka	Dršťková /3,9/ Hovězí vývar s ml. masem /2/	3,9
Normální strava (3)	Žemlovka s tvarohem a ovocem	1,3,7
Šetřící dieta (2)	Hovězí maso v mrkvi, brambory	1,3
Diabetická dieta (9)	Krůtí prsa na paprice, rýže	1,3,7,9

### Čtvrtek 17.10.2024

Polévka	Minestrone /3,2,9/	1,3,7,9
Normální strava (3)	Znojemská vepřová pečeně, rýže	1,9
Šetřící dieta (2)	Jemná sekaná, bramborová kaše, kompot	1,3,7
Diabetická dieta (9)	Cizrnová kaše, uzenina, kyselá okurka	1,6,7,8,10

### Pátek 18.10.2024

Polévka	Koprová polévka s vejci /3,2,9/	1,3,7,9
Normální strava (3)	Smažený kapustový karbanátek, brambory, okurka	1,3,7
Šetřící dieta (2)	Zapečené těstoviny se šunkou a špenátem, kompot	1,3,7
Diabetická dieta (9)	Krůtí roláda, brambory, rajče	1,6,7,9,10,11

### Sobota 19.10.2024

Polévka	Frankfurtská polévka /3,9/ Frankfurtská jemní/2/	1,7,9
Normální strava (3)	Kuřecí ragú, rýže	1,7,9
Šetřící dieta (2)	Kuskus s krůtím masem a zeleninou, sýr, kompot	1,3,7,9
Diabetická dieta (9)	Kuřecí ragú, rýže	1,7,9

### Neděle 20.10.2024

Polévka	Zeleninový vývar se strouháním /3,2,9/	1,3,9
Normální strava (3)	Vepřový plátek na žampionech, vařené těstoviny	1,3,7
Šetřící dieta (2)	Kuřecí maso dušené s mrkví, dušená rýže	1,7,9
Diabetická dieta (9)	Vepřový plátek na žampionech, vařené těstoviny	1,3,7

Jídlo je určeno k okamžité spotřebě

**Přejeme Vám dobrou chuť**  
**Změna jídelního lístku vyhrazena.**

vedoucí kuchař:  
Rybczuk Roman

# Jídelna s kuchyní Zlatá Kotva

MZSS Karlovy Vary - Jídelna s kuchyní pro seniory a zdravotně postižené  
Zlatá Kotva, Sokolovská 102/105, 360 05 Karlovy Vary – Rybáře,  
tel.353566552



**vedoucí provozu:**

Michal Pokorný

## Jídelní Lístek 21.10. - 27.10.2024

**alergeny**

### Pondělí 21.10.2024

Polévka	Rajská polévka s těstovinou /3,2,9/	1,3,7,9
Normální strava (3)	Hrachová kaše s uzenonou	6,12
Šetřící dieta (2)	Nudlový nákyp s tvarohem a meruňkami	1,3,7
Diabetická dieta (9)	Kuřecí na smetanovém kari s pórkem a kukuřicí, rýže	1,7

### Úterý 22.10.2024

Polévka	Slepičí polévka s masem a pohankou /3,2,9/	9
Normální strava (3)	Smažený vepřový řízek, brambory, kompot	1,3,7
Šetřící dieta (2)	Bratislavská vepřová plec, těstoviny	1,7,9
Diabetická dieta (9)	Smažený vepřový řízek, brambory, kompot	1,3,7

### Středa 23.10.2024

Polévka	Krupková jemná /3,2,9/	1,3,7
Normální strava (3)	Ovocné tvarohové knedlíky	1,3,7
Šetřící dieta (2)	Boloňské špagety s masem a sýrem	1,7,9
Diabetická dieta (9)	Halušky se zelím a uzeninou	1,3

### Čtvrtek 24.10.2024

Polévka	Sýrová polévka /3,2,9/	1,7,9
Normální strava (3)	Kuřecí stehno, šťouch. bram. s pórkem a slaninou	1,3,7
Šetřící dieta (2)	Losos na másle, dušená zelenina, brambory	1,3,7,4
Diabetická dieta (9)	Hovězí maso na česneku, rýže	1,7

### Pátek 25.10.2024

Polévka	Hovězí polévka s mletým masem a nudlemi /3,2,9/	1,3,9
Normální strava (3)	Vepřová pečeně, zadělávaný hrášek, vař. brambory	1,3
Šetřící dieta (2)	Masové koule, rajská omáčka, vařené těstoviny	1,3,7
Diabetická dieta (9)	Zeleninový karbanátek s masem, vařený brambor	1,3

### Sobota 26.10.2024

Polévka	Kmínová s vejci /3,2,9/	1,3
Normální strava (3)	Květákový nákyp s uzeninou, brambory, rajčat. Salát	1,3,7
Šetřící dieta (2)	Zeleninové rizoto bezmasé, sýr, kompot	7,9
Diabetická dieta (9)	Květákový nákyp s uzeninou, brambory, rajčat. salát	1,3,7

### Neděle 27.10.2024

Polévka	Kuřecí vývar s mlhovinou /3,2,9/	1,3,9
Normální strava (3)	Chilli con carne z kuřecího masa , těstoviny vřetena	1,9
Šetřící dieta (2)	Kuřecí maso na kořenové zelenině, rýže	1,3,9
Diabetická dieta (9)	Chilli con carne z kuřecího masa , těstoviny vřetena	1,9

Jídlo je určeno k okamžité spotřebě

**Přejeme Vám dobrou chuť**  
**Změna jídelního lístku vyhrazena.**

**vedoucí kuchař:**  
Rybczuk Roman

# Jídelna s kuchyní Zlatá Kotva

MZSS Karlovy Vary - Jídelna s kuchyní pro seniory a zdravotně postižené  
Zlatá Kotva, Sokolovská 102/105, 360 05 Karlovy Vary – Rybáře,  
tel.353566552



vedoucí provozu:

Michal Pokorný

## Jídelní Lístek 28.10. - 31.10.2024

alergeny

### Pondělí 28.10.2024 - SVÁTEK !!

Polévka	Francouzská polévka /3,2,9/	1,6,7,
Normální strava (3)	Segedínský guláš, houskový knedlík	1,3,7,9,10,11
Šetřící dieta (2)	Rýžový nákyp s tvarohem a ovocem	3,7,8,12
Diabetická dieta (9)	Segedínský guláš, houskový knedlík	1,3,7

### Úterý 29.10.2024

Polévka	Fazolková polévka s koprem a bramborem /3,2,9/	1,7,9
Normální strava (3)	Čevabčiči s hořčicí a cibulí, vařený brambor	1,3
Šetřící dieta (2)	Drůbeží játra dušená na pórku, dušená rýže	1,3,7
Diabetická dieta (9)	Kuskus s kuřecím masem a zeleninou, kompot	1,6,8,9

### Středa 30.10.2024

Polévka	Česneková polévka /3,9/ Jarní polévka /2/	1,7,9
Normální strava (3)	Smažené rybí filé, bramborová kaše, čalamáda	1,3,4,7
Šetřící dieta (2)	Slovenské kuře, brambory	1,7
Diabetická dieta (9)	Smažené rybí filé, bramborová kaše, čalamáda	1,3,4,7

### Čtvrtek 31.10.2024

Polévka	Slepičí polévka s praženou krupicí /3,2,9/	1,3,7
Normální strava (3)	Alpský kynutý knedlík s vanil. om., cukrem a mákem	1,3,7,8
Šetřící dieta (2)	Teplá šunka, červená čočka, kompot	1,3,7
Diabetická dieta (9)	Vídeňský guláš, rýže	1,6,9,10,11,12

### Pátek 1.11.2024

Polévka	
Normální strava (3)	
Šetřící dieta (2)	
Diabetická dieta (9)	

### Sobota 2.11.2024

Polévka	
Normální strava (3)	
Šetřící dieta (2)	
Diabetická dieta (9)	

### Neděle 3.11.2024

Polévka	
Normální strava (3)	
Šetřící dieta (2)	
Diabetická dieta (9)	

Jídlo je určeno k okamžité spotřebě

Přejeme Vám dobrou chuť  
Změna jídelního lístku vyhrazena.

vedoucí kuchař:  
Rybczuk Roman

# SEZNAM ALERGENŮ

publikovaný ve směrnici 2000/89 ES od 13.12.2014 směrnici 1169/2011 EU

- 1 OBILOVINY OBSAHUJÍCÍ LEPEK**  
pšenice, žito, ječmen, oves, žpalka, kukuřice nebo jejich hybridní odrůdy a výrobky z nich 
- 2 KORÝŠI**  
a výrobky z nich 
- 3 VEJCE**  
a výrobky z nich 
- 4 RYBY**  
a výrobky z nich 
- 5 PODZEMNICE OLEJNÁ (ARAŠÍDY)**  
a výrobky z nich 
- 6 SÓJOVÉ BOBY (SÓJA)**  
a výrobky z nich 
- 7 MLÉKO**  
a výrobky z něj 
- 8 SKOŘÁPKOVÉ PLODY**  
mandle, lískové ořechy, vlašské ořechy, kešu ořechy, pekanové ořechy, para ořechy, pistácie, makadámie a výrobky z nich 
- 9 CELER**  
a výrobky z něj 
- 10 HOŘČICE**  
a výrobky z ní 
- 11 SEZAMOVÁ SEMENA (SEZAM)**  
a výrobky z nich 
- 12 OXID SIŘIČITÝ A SIŘIČITANY**  
v koncentracích vyšších 10 mg, ml/kg, l vyjádřeno SO<sub>2</sub> 
- 13 VLČÍ BOB (LUPINA)**  
a výrobky z něj 
- 14 MĚKKÝŠI**  
a výrobky z nich 