

# OBSAH

- Poučení pro nemocné 3  
Potraviny zakázané 9  
Potraviny nevhodné 9

## RECEPTÁŘ:

### **Polévky**

- Drůbeží s krupicovými  
nočky 11  
Zeleninová s krupicí 11  
Drůbeží bujon 11  
Hovězí s těstovinou 12  
Rýžová 12  
Bramborová třená 12  
Rybí 12

### **Hlavní jídla**

- Telecí závitok 13  
Jehněčí kotlet 13  
Sekaná 13  
Přírodní guláš 14  
Vepřové maso v mrkvi 14  
Drůbeží plátek  
s broskví 14  
Masový pudink  
se zeleninou 15  
Hovězí na houbách 15  
Kapr po mlynářsku 15  
Kapr na modro 16  
Dušený candát 16  
Pstruh na kmíně 16  
Cejn v alobalu 16  
Krůta dušená 17  
Kuře pečené 17  
Kuře na zelenině 17  
Brambory plněné masem 17  
Těstoviny s masem 18  
Švýcarské brambory  
se sýrem 18  
Rizoto se sýrem 18  
Špagety se sýrem 19  
Roláda z bramborového  
těsta 19

### **Sladká jídla**

- Tvarohový knedlík 20  
Ovocná omáčka 20  
Jablkové pyré 20  
Ovocné knedlíky 21  
Kakaový chlebiček  
s jablky 21  
Nudlový nákyp s tvarohem  
a jablky 21  
Bramborové šišky  
na sladko 22  
Nudle s tvarohem 22  
Třená bublanina s ovocem 22  
Žemlovka s jablky 23  
Štěpánská omeleta 23

### **Malá studená i teplá jídla**

- Pomazánka z filé 24  
Pomazánka z drůbežího  
masa 24  
Pomazánka z masa  
a šunky 24  
Sýrová pomazánka  
s tvarohem 25  
Tvarohová pomazánka  
se zeleninou 25  
Sýrové tousty 25  
Sýrový koláč 25  
Teplé sýrové chlebičky 26  
Sýrový salát s těstovinami 26  
Obložená mísa 26  
Sýrový krém s banány 27  
Tvarohový krém 27  
Plněný pomeranč 27

### **Saláty**

- Mrkvový 28  
Mrkvový s jablky 28  
Mrkvový s meruňkami 28  
Dušená mrkev 29  
Hlávkový 29  
Ovocný 29  
Ovocný II. 29