

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 náryp 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 drůbežního
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 salát 29
- Ovocný 29
- Ovocný II. 29