

# OBSAH

- Úvodní slovo 3
- Nová životospráva 4
- Nápoje (běžný sortiment z hlediska onemocnění žlučníku) 5
- Potraviny zakázané 8
- Potraviny doporučené 9
- Technologické postupy, které lze používat 9

## RECEPTÁŘ:

### Polévky

- Drůbeží bujón 10
- Gratinovaná 10
- Špenátová 11
- Rybí 11
- Bramborová 11
- Bramborová na kyselo 12
- Bramborová se šunkou 12
- Z brokolice (chřestová) 12

### Hlavní jídla

- Přírodní guláš 13
- Krůtí závitok 13
- Králík v zelenině 14
- Hovězí maso na houbách 14
- Klokaní maso na protlaku 14
- Drůbeží plátek se šunkou 14
- Jehněčí kotlet 15
- Masový závin 15
- Klopsy na protlaku 15
- Sekaná 16
- Mleté maso zapečené s brambory 16
- Ryba na víně 16
- Nadívany lín 17
- Roláda z bramborového těsta 17
- Sýrový koláč 18
- Ragú 18

- Masové kostky po zahradnicku 18
- Hovězí na kyselo s džemem 19
- Telecí po vídeňsku 19

### Zeleninová jídla

- Zapečené brambory se sýrem 20
- Zapečené brambory se zeleninou 20
- Zeleninový nákyp 21
- Gratinovaná rajčata 21
- Černý kořen se sýrovým krémem 21
- Zapečená brokolice 22
- Dušená míchaná zelenina 22
- Kukuřice 22

### Sladká jídla

- Rýžový nákyp 23
- Palačinky 23
- Štěpánská omeleta 23
- Jednoduchý perník 24
- Tvarohový dort 24
- Tvarohový pohár 25
- Bleskový koláč 25
- Bábovka 25
- Ovocný koláč 26

### Malá studená jídla

- Sýrové tousty 27
- Obložená mísa 27
- Obložená bageta 27
- Rajčata plněná 28
- Salát z červené řepy a z jablka 28
- Tvaroh s křenem a s jablkem 28
- Chlebičky s blaťáckým zlatem 28
- Sýrové jednohubky 29
- Drůbeží šunka s banánem 29
- Plněná vejce 29
- Sýrový nákyp 29

# REJSTŘÍK

(podle základních použitých potravin)

### Brambory

- Bramborová polévka 11
- Bramborová polévka na kyselo 12
- Bramborová polévka se šunkou 12
- Mleté maso zapečené s brambory 16
- Roláda z bramborového těsta 17
- Sýrový koláč 18
- Zapečené brambory se sýrem 20
- Zapečené brambory se zeleninou 20

### Luštěniny

- Klopsy na protlaku 15
- Králík v zelenině 14
- Masové kostky po zahradnicku 18
- Sekaná 16
- Telecí po vídeňsku 19
- Zeleninový nákyp 21

### Maso

#### Drůbež

- Drůbeží bujón 10
- Drůbeží plátek se šunkou 14
- Drůbeží šunka s banánem 29
- Krůtí závitok 13
- Obložená bageta 27
- Obložená mísa 27

#### Plněná vejce 29

- Ragú 18
- Rajčata plněná 28
- Roláda z bramborového těsta 17
- Sekaná 16
- Sýrové tousty 27

#### Hovězí

- Gratinovaná polévka 10
- Hovězí maso na houbách 14
- Hovězí na kyselo s džemem 19
- Masové kostky 18
- Masový závin 15

#### Jehněčí

- Jehněčí kotlet 15
- Roláda z bramborového těsta 17

#### Králíci

- Klopsy na protlaku 15
- Králík v zelenině 14
- Masový závin 15
- Mleté maso zapečené s brambory 16
- Obložená mísa 27
- Ragú 18
- Roláda z bramborového těsta 17
- Sekaná 16