

OBSAH

Poučení pro nemocné	3	Pohanková kaše	
Zásady stravování,		se slaninou a cibulí	21
výběr potravin, recepty	8	Červená řepa zadělávaná	21
		Římský květák	22
Polévky	12	Smažená cibule	22
Chlebová polévka se		Míchaná zelenina po čínsku	22
strouhaným sýrem	12		
Falešná hovězí polévka	12	Sladká jídla	23
Polévka z vaječné jíšky	12	Nudle s tvarohem a cukrem	23
Polévka koprová s bramborem	13	Lívance s jablky	23
Zahradnická polévka	13	Škubánky s tvarohem	23
Cibulačka	13	Štěpánská omeleta	24
Polévka vločková	14	Ovocné knedlíky	
Polévka česneková základní	14	z třetinového těsta	24
Francouzská zelná polévka	14		
		Moučníky	25
Hlavní jídla masitá	15	Jablkový moučník	25
Dušené fazolky		Staročeský štrúdl „přes bidlo“	25
s mrkví a masem	15	Olejová bábovka	26
Rybí filé zapečené		Dvoubarevný koláč	
s kysaným zelím	15	s kysanou smetanou a skořicí	26
Pečený candát	16	Tvarohový krém s ovocem	27
Rizoto s vepřovým masem		Plněné hrušky	27
a zeleninou	16		
Vařené hovězí maso		Saláty	28
s jablečným křenem	16	Okurkový salát s biokysem	28
Vepřové maso v mrkvi	17	Mrkvový salát s křenem	28
Plněné papriky		Ovocný salát jablečný	
s rajčatovou omáčkou	17	s medovou zálivkou	28
Zapečené brambory		Jarní salát	29
s uzeným masem a zeleninou	17	Salát	
Rybí salát	18	z hlávkového červeného zelí	29
Bezmasá hlavní jídla	19	Pomazánky	30
Těstoviny se zelím	19	Pomazánka Wellington	30
Zapékané cukety	19	Mrkvová pomazánka s lučinou	30
Zeleninový guláš	20	Celerová pomazánka	30
Těstoviny s vejci a slaninou	20		
Těstovinový salát s kukuřicí	20		
Brokolice se sýrovou omáčkou	21		