



Centrum pečovatelské služby Frýdek-Místek
příspěvková organizace
Zámecká 1266, 738 01 Frýdek-Místek
IČ: 48772739, č. ú.: 27-3591950297/0100
E-mail: centrum@psfm.cz, www.psfm.cz

Jídelní lístek

Od 13. 7. do 19. 7. 2026

- Pondělí:** polévka: francouzská (1,3,7,9)
9/4 hovězí maso, rajská omáčka, houskový knedlík (1,3,7,9)
3. hovězí maso, rajská omáčka, houskový knedlík (1,3,7,9)
9. hovězí maso, rajská omáčka, houskový knedlík (1,3,7,9)
4. hovězí maso, rajská omáčka, houskový knedlík (1,3,7,9)
- Úterý:** polévka: květákový krém (1,3,7,9)
9/4 pečené vepřové maso, vařené brambory (1,9)
3. pečené vepřové maso na česneku, vařené brambory (1,9)
9. pečené vepřové maso na česneku, vařené brambory (1,9)
4. pečené vepřové maso, vařené brambory (1,9)
- Středa:** polévka: pórková s bramborem (1,7,9)
9/4 tvarohové knedlíky plněné ovocem, máslo, dia cukr (1,3,7)
3. tvarohové knedlíky plněné ovocem, máslo, cukr (1,3,7)
9. tvarohové knedlíky plněné ovocem, máslo, dia cukr (1,3,7)
4. tvarohové knedlíky plněné ovocem, máslo, cukr (1,3,7)
- Čtvrtek:** polévka: fazolová (1,6,9) / zeleninový krém (1,7,9)
9/4 rizoto s kuřecím masem, strouhaný sýr, dia kompot (1,7,9)
3. rizoto s kuřecím masem, strouhaný sýr, okurek (1,7,9)
9. rizoto s kuřecím masem, strouhaný sýr, okurek (1,7,9)
4. rizoto s kuřecím masem, strouhaný sýr, kompot (1,7,9)
- Pátek:** polévka: kuřecí vývar s nudlemi (1,3,7,9)
9/4 pečený mletý řízek se sýrem, bramborová kaše, dia kompot (1,3,7,9)
3. holandský řízek, bramborová kaše, okurek (1,3,7,9)
9. holandský řízek, bramborová kaše, okurek (1,3,7,9)
4. pečený mletý řízek se sýrem, bramborová kaše, kompot (1,3,7,9)
- Sobota:** polévka: mrkvová s kuskusem (1,9)
9/4 žampiónová omáčka, vařené vejce, vařené brambory (1,3,7,9)
3. žampiónová omáčka, vařené vejce, vařené brambory (1,3,7,9)
9. žampiónová omáčka, vařené vejce, vařené brambory (1,3,7,9)
4. žampiónová omáčka, vařené vejce, vařené brambory (1,3,7,9)
- Neděle:** polévka: zeleninová s jáhly (1,9)
9/4 vepřové maso na zelenině, těstoviny (1,3,7,9)
3. vepřové maso na zelenině, těstoviny (1,3,7,9)
9. vepřové maso na zelenině, těstoviny (1,3,7,9)
4. vepřové maso na zelenině, těstoviny (1,3,7,9)

Změna jídelníčku vyhrazena

Vysvětlivky: /3/ strava racionální /4/ strava žlučníková /9/ strava diabetická 9/4 strava kombinovaná