

Na základě Vaší žádosti Vám sděluji následující informace:

Stravování osob umístěných ve vězeňských zařízeních je upraveno zákonem č. 169/1999 Sb., o výkonu trestu odnětí svobody, a vyhláškou č. 345/1999 Sb. České republiky, o stravování odsouzených osob, NGŘ 7/2015 o léčebné výživě a nutričních terapeutech ve Vězeňské službě, NGŘ 2/2024 o stravování. Vězeňská služba ČR je povinna poskytovat odsouzeným stravu v souladu se zásadami racionální výživy, přičemž v případě zdravotních indikací je možné stravu individuálně upravit na základě ordinace lékaře.

V kompetencích nutričního terapeuta je zejména kontrola jídelního lístku pro léčebnou výživu a s tím spojené další úkony.

Základní strava by měla vycházet z pravidel pro racionální stravu, která nemá žádná omezení u výběru potravin ani technologických úprav. Doporučené denní dávky 9 500kJ; 80 g B; 70 g T; 320 g S; 90mg vit. C, přičemž u zdravého člověka by se měl příjem bílkovin pohybovat od 0,8 – 1,2 g/kg/den, který by měl být rozdělen do více denních dávek. Doporučený trojpoměr živin činí přibližně: bílkoviny 15% -20%, tuky do 30% a sacharidy cca 50-55% z celkového denního příjmu, což odpovídá zásadám vyvážené výživy a doporučením odborných společností pro výživu v České republice.

Vychází se pyramidy výživy (viz obrázek).



Nejčastěji do jídelních lístků jsou zařazovány potraviny z kategorií, které jsou uváděny ve spodních řádcích výživové pyramidy. Potraviny na vrcholu pyramidy zařazujeme občas.

Propočty nutričních hodnot základní stravy se standartně neprovádějí rutině, ale pouze výjimečně – zpravidla jednou až dvakrát ročně, případně při úpravě finančního limitu stravy na osobu a den. Nutriční hodnoty pro léčebnou výživu jsou průběžně propočítávány na základě poskytnutých podkladů od pracovníků RSaV.

Jídelní lístek základní strava

21.7.2025

Čaj, chléb, rostlinné máslo, paštika, musli tyčka
Polévka čočková, krupicová kaše s máslem a kakaem
Vepřová játra na cibulce, rýže dušená, čaj

22.7.2025

Bílá káva, 3 ks sv. pečivo, rostlinné máslo, termix
Polévka pšmenková, jelítkový prejt, kysané zelí, brambor vařený,
Polévka gulášová, chléb, čaj

23.7.2025

Čaj, chléb, rostlinné máslo, sýr
Polévka kmínová s vejci, sekaná na smetaně, knedlík houskový
Čaj, chléb, pomazánka, ovoce ks

24.7.2025

Čaj, chléb, rostlinné máslo, salám
Polévka mexická, kuřecí maso na žampionech, těstoviny
Ruský boršč, chléb, čaj

25.7.2025

Kakao, sladké pečivo ks, rostlinné máslo
Polévka pórková, znojemský guláš, rýže dušená
Fazole na kyselo, vejce vařené, chléb, čaj

Propočet JL v programu Nutriservis – strava základní období 21 – 25.7.2025:

Množství	Jednotka	Název	Energie (kcal)	Energie (kJ)	Bílkoviny (g)	Tuky (g)	Sacharidy (g)
Snídaně							
200	ml	Čaj černý - neslazený	0	0	0	0	0
150	g	Chléb kmínový	351	1471,5	11,1	1,65	77,7
20	g	Flora	126,4	528,8	0,02	14	0,06
50	g	Játrová paštika	157	649,5	7,1	14,3	0
30	g	Fit musli tyčinka	107	448	1	2	20
20	g	Cukr	81	339,4	0	0	19,96
CELKEM			822,4	3437,2	19,22	31,95	117,72
Oběd							
400	g	Polévka čočková	303,06	1267,01	18,37	13,07	32,57
300	g	Kaše krupicová	441	1851	13,8	17,7	57,9
CELKEM			744,06	3118,01	32,17	30,77	90,47
Večeře							
200	g	Vepřová játra na cibulce	288	1204	52	8,8	0
300	ml	Čaj ovocný	24	102	0	0	6
170	g	Rýže vařená	214,2	902,7	4,08	0,68	44,2
20	g	Cukr	81	339,4	0	0	19,96
CELKEM			607,2	2548,1	56,08	9,48	70,16
Denní součet			2173,66	9103,31	107,47	72,2	278,35
Poměr				100 %	20 %	30 %	50 %
Snídaně							
300	ml	Bílá káva s cukrem	192	801	8,1	4,8	28,5
165	g	Houska	415,8	1744,05	10,07	1,49	90,92
20	g	Rama	151,2	633	0	16,8	0
100	g	Termix	194	810	11,5	10,3	13,7
CELKEM			953	3988,05	29,67	33,39	133,12
Oběd							
300	g	Polévka písmenková	141	588	6,9	6	14,1
120	g	Prejt jelítkový	300	1255,2	14,76	20,16	12,24

180	g	Zelí kysané	27	113,4	1,98	0,54	6,66
220	g	Brambory rané vařené	187	785,4	4,4	0,44	43,34
CELKEM			655	2742	28,04	27,14	76,34
Večeře							
400	ml	Polévka gulášová přesnídávková	416	1748	28,8	20,4	29,6
150	g	Chléb kmínový	351	1471,5	11,1	1,65	77,7
200	ml	Čaj ovocný	16	68	0	0	4
20	g	Cukr	81	339,4	0	0	19,96
CELKEM			864	3626,9	39,9	22,05	131,26
Denní součet			2472	10356,95	97,61	82,58	340,72
Poměr				100 %	16 %	30 %	54 %
Snídaně							
50	g	Sýr tavený ks	143	599,5	6,05	13	0,5
150	g	Chléb kmínový	351	1471,5	11,1	1,65	77,7
20	g	Rama	151,2	633	0	16,8	0
200	ml	Čaj černý - neslazený	0	0	0	0	0
20	g	Cukr	81	339,4	0	0	19,96
CELKEM			726,2	3043,4	17,15	31,45	98,16
Oběd							
400	g	Polévka kmínová s vejci	116	484	3,2	8,4	7,6
300	g	Sekaná na smetaně	396	1659	22,5	24	22,5
1	porce	Houskový knedlík	369,72	1548,3	12,95	4,57	70,17
CELKEM			881,72	3691,3	38,65	36,97	100,27
Večeře							
150	g	Chléb kmínový	351	1471,5	11,1	1,65	77,7
150	g	Pomazánka tvářohová s paž.	168	702	29,1	1,2	8,7

100	g	Jablko	57	243	0,34	0,58	11,4
300	ml	Čaj černý - neslazený	0	0	0	0	0
20	g	Cukr	81	339,4	0	0	19,96
CELKEM			657	2755,9	40,54	3,43	117,76
Denní součet			2264,92	9490,6	96,34	71,85	316,19
Poměr				100 %	17 %	29 %	54 %
Množství	Jednotka	Název	Energie (kcal)	Energie (kJ)	Bílkoviny (g)	Tuky (g)	Sacharidy (g)
Snídaně							
200	ml	Čaj černý - neslazený	0	0	0	0	0
20	g	Cukr	81	339,4	0	0	19,96
150	g	Chléb kmínový	351	1471,5	11,1	1,65	77,7
20	g	Flora	126,4	528,8	0,02	14	0,06
50	g	Salám junior	146	611,5	7,1	13,05	0,05
CELKEM			704,4	2951,2	18,22	28,7	97,77
Oběd							
300	g	Polévka mexická	313,19	1310,37	14,92	23,59	10,04
300	g	Kuřecí na žampionech	390	1630	29,2	22	18,6
200	g	Těstoviny vařené	265,32	1112,81	7,84	5,15	46,08
CELKEM			968,51	4053,18	51,96	50,74	74,72
Večeře							
150	g	Chléb kmínový	351	1471,5	11,1	1,65	77,7
400	ml	Boršč polévka - večeřová	344	1444	15,2	22	21,6
100	ml	Čaj černý - neslazený	0	0	0	0	0
20	g	Cukr	81	339,4	0	0	19,96
CELKEM			776	3254,9	26,3	23,65	119,26
Denní součet			2448,91	10259,28	96,48	103,09	291,75

Poměr				100 %	16 %	38 %	46 %
Snídaně							
150	g	Rohlík tukový	424,5	1777,5	13,5	4,5	82,5
200	ml	Kakao neslazené	118	496	7,8	4,2	12,2
20	g	Cukr	81	339,4	0	0	19,96
20	g	Rama	151,2	633	0	16,8	0
CELKEM			774,7	3245,9	21,3	25,5	114,66
Oběd							
400	g	Polévka pórková	151,15	632,2	3,44	6,52	22,7
300	g	Guláš znojemský	450	1881	36,6	24,6	20,4
170	g	Rýže dušená	363,8	1522,89	5,93	7,57	67,81
CELKEM			964,95	4036,09	45,97	38,69	110,91
Večeře							
250	g	Fazole na kyselo	270	1135	20	1,25	52,5
55	g	Vejce slepičí 1 ks	83,05	347,6	6,82	6	0,5
150	g	Chléb kmínový	351	1471,5	11,1	1,65	77,7
100	ml	Čaj ovocný	8	34	0	0	2
20	g	Cukr	81	339,4	0	0	19,96
CELKEM			793,05	3327,5	37,92	8,9	152,66
Denní součet			2532,7	10609,49	105,19	73,09	378,23
Poměr				100 %	17 %	26 %	57 %
Průměr za 5 dnů			2.378,43	9.963,92	100,61	80,56	321,02
Poměr				100%	17 %	31%	52%

Sestavení jídelního plánu mimo jiné musí zohledňovat i možnosti závozu od jednotlivých dodavatelů, skladovací a technologickou kapacitu kuchyně, personální obsazení na jednotlivých pozicích v celém stravovacím provozu po celou pracovní dobu, tak aby byly připraveny všechny pokrmy pro celé spektrum strávníků z řad odsouzených (základní strava, léčebná výživa, přídavky pro pracující) v souladu s veškerými předpisy pro přípravu stravy (hygienické vyhlášky, bezpečná strava, bezpečnost práce).

V neposlední řadě je nutné dodržet ekonomickou stránku a vítěze výběrových řízení na jednotlivé komodity.

Finanční náležitost v době podání dotazu byla pro na osobu/den:

základní strava celkem 76,- Kč z toho: Sn 25,- Kč; Ob 26,- Kč; Več 25,- Kč,

léčebná výživa D2 celkem 91,- Kč z toho: Sn 23,- Kč, Ob 27,- Kč, Sv 16,- Kč, Več. 25,-Kč.

Pro informaci je nutné zmínit data o vývoji některých potravin např. cena k dnešnímu dni je u žitného chleba 500 g 31,50, Kč dalaňák 60 g 6,90 Kč, grahamový rohlík 60 g cena 6,30 Kč. Z toho je patrné, že tyto potraviny v současné době nemohou být z ekonomického důvodu zařazeny v jídelním lístku.

Kvalitní náhradou je chléb, který také obsahuje žitnou mouku minimálně ve 40 %. Chléb je mimo jiné zdrojem vitamínů skupiny B a vlákniny.

Senzorické vlastnosti jednotlivých potravin jsou v pobytových zařízeních vnímány různě jednotlivými strážníky a nemohou být zohledňovány při sestavování jídelních lístků a přípravě pokrmů

Pravidelnost v podávání např. **mletého masa** (tzv. rozstřel) či **vnitřností** v týdnu je jistě v závislosti i na dodávky zboží, případné personální obsazení, kapacitu technologií v provozu. Je plně v kompetenci vedoucích pracovníků RSAV a nijak nesnižuje kvalitu podávané stravy.

Zelenina je zařazována pravidelně, a to několika formami podávání – buď jsou jako nedílnou součástí pokrmu – polévky vývarové, jedno-druhové (např. pórková) nebo z více druhů zeleniny (např. bramborová, boršč), základy omáček (např. myslivecká), vložky do omáček (např. po srbsku, znojemská), přílohy – špenát, dušené zelí nebo formou salátů (např. zelný salát, kyselá okurka) nebo jako kusová zelenina (např. cibule)

Ovoce je zařazováno jako součást některých mléčných výrobků – jogurty, ochucené tvarohy nebo součást teplých pokrmů (žemlovka, rýžová kaše, rýžový nákyp), ovocné pyré nebo jako kusové ovoce.

Pitný režim formou čaje, který tvoří hlavní část.

Mléčné nápoje tvoří součást pitného režimu, nyní jsou zařazovány do kategorie pokrmů (mléko obsahuje pouze cca 10% vody a má energetický příjem a je v souladu s racionální stravou.

S ohledem na požadavky na dodržování hygieny je vhodnější vydávat porce sušeného mléka, které je po energetické stránce zcela identické jako klasické mléko.

Vnitřnosti jsou zdrojem mnoha minerálních látek a vitamínů, z tohoto důvodu je zařazení do jídelních lístků doporučováno.

Léčebná výživa - dieta D2 šetřící

představuje šetřící dietní režim, který je indikován zejména u osob se zažívacími obtížemi, v rekonvalescenci, po operacích nebo při některých interních diagnózách - při funkční žaludeční dyspepsii, chronické gastritidě, hyperaciditě žaludku, vředové chorobě žaludku a dvanáctníku, resekci žaludku, chronickém zánětu žaludku a chronické pankreatitidě, při žlučníkových kamenech, při chronických chorobách jater, k doléčení infekční žloutenky, včetně období rekonvalescence, při chronických zánětech střeva, po infarktu myokardu. V prostředí Vězeňské služby České republiky se při jejím sestavování vychází ze standardizovaných výživových norem a provozních předpisů platných pro rezortní zařízení.

V dietním systému Vězeňské služby ČR jsou stanovené denní nutriční hodnoty u diety D2 následující:

Energetická hodnota	Bílkoviny	Tuky	Sacharidy
9 500 kJ	65–80 g	70 g	320–340 g

Orientační potravinová skladba D2 (denní průměr):

Potravina	Množství (g/den)
Bílý chléb, rohlíky	120 - 200
Brambory	200 - 250
Rýže, těstoviny	170 - 220
Libové maso (drůbež, ryby)	80 - 120
Mléčné výrobky	100 - 250
Vejce	0,3 - 0,5 ks; 1 ks
Zelenina, ovoce (syrová, vařená nebo jinak tepelně zpracovaná)	200 - 250

Tato skladba reflektuje:

- šetrnost ke sliznici trávicího traktu (snížení mechanického, chemického i termického dráždění),
- plnohodnotné zastoupení základních makroživin v souladu s nutričními požadavky,
- rozdělení stravy do čtyř denních chodů: snídaně, oběd, odpolední svačina, večeře.

Orientační rozložení nutričních hodnot dle jednotlivých jídel:

Jídlo	Energie (kJ)	Bílkoviny (g)	Tuky (g)	Sacharidy (g)
Snídaně	2 200	12–15	15	70–80
Oběd	3 800	25–30	25	100–110
Svačina	1 000	5–8	5–7	30–35
Večeře	2 500	20–25	25	100–110
Celkem	9 500	65–80	70	320–340

Individualizace a provozní limity

Konkrétní skladba stravy a její denní rozdělení závisí na celé řadě proměnných, zejména na:

- zdravotním stavu dané osoby (včetně lékařské indikace),
- antropometrických údajích (hmotnost, výška, věk, tělesná zátěž),
- provozních podmínkách konkrétního zařízení (materiální i personální kapacity).

Současně je nutné vzít v úvahu, že stravovací režim ve vězeňských zařízeních VS ČR je organizován v souladu s platnými ekonomickými normativy, které stanovují maximální finanční limit na stravu na osobu a den. Tyto limity jsou každoročně aktualizovány v rámci rozpočtových opatření státní správy.

Z toho vyplývá, že výběr potravin a frekvence jejich zařazení do jídelníčku (např. mléčné výrobky, libové maso, ovoce, ryby apod.) musí odpovídat nejen nutričním požadavkům, ale i ekonomické realitě daného zařízení.

Souhrn dietních zásad a doporučených potravin pro dietu D2

Hlavním znakem diety D2 je snížené množství tuků ve stravě. Pokrmy mají být lehce stravitelné, nenadýmavé a podávané v přiměřeném množství. Důraz je kladen na vhodný výběr potravin a šetrnou technologii přípravy jídel.

Zcela nevhodný je přepálený tuk, proto se pokrmy připravují na sucho nebo na vodě a tuk (např. máslo nebo kvalitní rostlinný olej) se přidává až do hotového pokrmu. Nevhodné jsou smažené pokrmy, zahušťování jíškou nebo opékání na tuku. Zahušťuje se moukou opraženou na

sucho a dobře provařenou s vývarem. Při pečení se maso podlévá a polévá, aby nevznikala tuhá kůrka.

Vylučují se ostrá koření, nadýmavé suroviny (např. cibule, česnek, kapusta, luštěniny) a příliš tučné nebo dráždivé pokrmy. Strava má být pestrá, plnohodnotná a vhodná i pro dlouhodobé podávání.

Doporučené potraviny

- Maso: netučné maso, zejména drůbež bez kůže, libové vepřové (kýta), hovězí, ryby, králík.
- Uzeniny: šunka, dietní párky a salámy v omezeném množství.
- Mléko a mléčné výrobky: polotučné mléko (spíše do pokrmů), nízkotučné jogurty, netučný tvaroh, sýry do 30 % tuku v sušině, měkké a čerstvé sýry.
- Vejce: bílek neomezeně, žloutek do 1 ks/den v technologicky šetrné úpravě.
- Tuky: čerstvé máslo, kvalitní rostlinné tuky a oleje (např. olivový, řepkový).
- Pečivo: bílé a pšeničné, nečerstvé, netučné druhy.
- Ovoce: dobře vyzrálé, bez slupek a zrníček.
- Zelenina: nenadýmavá – mrkev, cuketa, špenát, rajče, řepa aj.
- Příkrmy: brambory, rýže, těstoviny, noky, kuskus, bramborové knedlíky.
- Koření: bylinky (petržel, pažitka, kopr), vývary bez glutamátu.
- Nápoje: slabý čaj, neperlivé vody, ředěné džusy, obilné nápoje (Caro, melta).
- Moučníky: lehké a šetrící – piškot, pudinky, nákypy, pěny, krupicové dezerty.
- Obiloviny: jemná bílá mouka, krupice, jáhly, pohanka, ovesné vločky bez slupek.

Nevhodné potraviny

- Maso: tučné, uzené, konzervované, drůbež s kůží, zvěřina.
- Tuky: přepálené tuky, sádlo, slanina, škvarky.
- Mléčné výrobky: smetana, tučné sýry, plnotučné mléko, šlehačka.
- Vejce: smažená, sázená vejce, omelety.
- Pečivo: celozrnné, tmavé, čerstvé kynuté, listové, müsli tyčinky.
- Zelenina: zelí, kapusta, cibule, česnek, paprika, ředkvičky.
- Luštěniny: všechny druhy, včetně sóji.

- Ovoce: se zrníčky, tuhou slupkou, nedozrálé.
- Ostatní: majonéza, kečup, tatarka, čokoláda, silné kakao, zmrzlina, ořechy, káva, alkohol.

Jídelní lístek léčebná výživa D2

21.7.2025

Čaj, 3 ks sv. pečivo, rostlinné máslo, uzenina
 Polévka zeleninová s kuskusem, vepřový závin, rýže dušená
 Mléko, ovoce
 Žemlovka s tvarohem a jablky, čaj

22.7.2025

Bílá káva, 3 ks sv. pečivo, rostlinné máslo, sýr salámek
 Polévka s vaječnou jíškou, vepřová debrecínská, těstoviny
 2 ks sv. pečivo, ovoce
 Karbanátek rybí, bramborová kaše, kompot, čaj

23.7. 2025

Bílá káva, 3 ks sv. pečivo, rostlinné máslo, jogurt ovocný
 Polévka bramborová, plzeňský guláš, knedlík houskový
 Mléko, 2 ks. sv. pečivo
 Těstovinový nákyp s masem, ovoce, čaj

24.7.2025

Čaj, 3 ks sv. pečivo, rostlinné máslo, párek
 Polévka brokolicová, kuře na bylinkách, brambory vařené
 2 ks sv. pečivo, ovoce
 Zapečené palačinky s tvarohem, ovoce, čaj

25.7.2025

Bílá káva, 3 ks sv. pečivo, rostlinné máslo, sýr žervé
 Polévka s bylinkovými nočky, vepřový domažlický plátek, těstoviny
 Mléko, 2 ks. sv. pečivo
 Hovězí v mrkvi, brambory vařené

Propočet JL v programu Nutriservis – léčebná výživa dieta D2 týden od 21 – 25.7.2025:

Množství	Jednotka	Název	Energie (kcal)	Energie (kJ)	Bílkoviny (g)	Tuky (g)	Sacharidy (g)
Snídaně							
120	g	Rohlík	344,4	1444,8	11,76	4,44	69
80	g	Šunka drůbeží	98,4	410,4	16,48	3,52	0
20	g	Rama	151,2	633	0	16,8	0
100	ml	Čaj černý - neslazený	0	0	0	0	0
10	g	Cukr	40,5	169,7	0	0	9,98
CELKEM			634,5	2657,9	28,24	24,76	78,98
Oběd							
250	g	Polévka zeleninová s kuskusem	112,5	475	5,5	4,25	13
230	g	Vepřový závin	417,48	1746,56	23,03	30,42	13,41
180	g	Rýže dušená	385,2	1612,47	6,28	8,02	71,8
CELKEM			915,18	3834,03	34,81	42,69	98,21
Svačina							
100	g	Jablka	42	175	0,4	0,4	13
200	g	Mléko polotučné	92	386	6,6	3	9,6
CELKEM			134	561	7	3,4	22,6
Večeře							
300	g	Žemlovka s tvarohem a jablky, čaj	354	1485	12	11,1	51,9
CELKEM			354	1485	12	11,1	51,9
Denní součet			2037,68	8537,93	82,05	81,95	251,69
Poměr				100 %	16 %	36 %	48 %
Snídaně							
200	ml	Bílá káva s cukrem	128	534	5,4	3,2	19
120	g	Rohlík	344,4	1444,8	11,76	4,44	69
100	g	Sýr tavený	194	810	11,5	10,3	13,7
20	g	Rama	151,2	633	0	16,8	0
CELKEM			817,6	3421,8	28,66	34,74	101,7

Oběd							
250	g	Polévka s vaječnou jíškou	110	462,5	9,5	2,25	14
100	g	Vepřová debrecínská	382	1601	27,2	24,5	15,3
200	g	Těstoviny vařené	265,32	1112,81	7,84	5,15	46,08
CELKEM			757,32	3176,31	44,54	31,9	75,38
Svačina							
80	g	Rohlík	229,6	963,2	7,84	2,96	46
100	g	Jablka	42	175	0,4	0,4	13
CELKEM			271,6	1138,2	8,24	3,36	59
Večeře							
150	g	Karbanátek rybí	163,5	684	19,5	4,5	12
250	g	Bramborová kaše	250,94	1052,58	6,84	6,66	48,86
100	g	Jablkový kompot	88	369	0,2	0,2	21,2
200	ml	Čaj ovocný	16	68	0	0	4
10	g	Cukr	40,5	169,7	0	0	9,98
CELKEM			558,94	2343,28	26,54	11,36	96,04
DENNÍ SOUČET			2405,46	10079,59	107,98	81,36	332,12
Poměr energie				100 %	18 %	31 %	51 %
Snídaně							
300	ml	Bílá káva s cukrem	192	801	8,1	4,8	28,5
120	g	Rohlík	344,4	1444,8	11,76	4,44	69
150	g	Ovocný jogurt	141,78	595,5	6,3	3,9	20,25
20	g	Rama	151,2	633	0	16,8	0
CELKEM			829,38	3474,3	26,16	29,94	117,75
Oběd							
250	g	Bramborová polévka	830	3510	18,8	7,93	163,25
150	ml	Hovězí plzeňský guláš	159,09	666,84	15,92	8,38	5,23
1	porce	Houskový knedlík	369,72	1548,3	12,95	4,57	70,17
CELKEM			1358,81	5725,14	47,67	20,88	238,65
Svačina							
80	g	Rohlík	229,6	963,2	7,84	2,96	46
200	g	Mléko polotučné	92	386	6,6	3	9,6

CELKEM			321,6	1349,2	14,44	5,96	55,6
Večeře							
200	g	Těstovinový nákyp s masem, čaj	388	1624	16,2	14,8	48,8
CELKEM			388	1624	16,2	14,8	48,8
DENNÍ SOUČET			2897,79	12172,64	104,47	71,58	460,8
Poměr energie				100 %	15 %	22 %	63 %
Snídaně							
120	g	Rohlík	344,4	1444,8	11,76	4,44	69
200	ml	Čaj černý - neslazený	0	0	0	0	0
10	g	Cukr	40,5	169,7	0	0	9,98
20	g	Rama	151,2	633	0	16,8	0
80	g	Liberecký párek	410,4	1720	7,2	41,6	3,2
CELKEM			946,5	3967,5	18,96	62,84	82,18
Oběd							
300	g	Polévka brokolicová	102	429	5,4	4,5	11,4
250	g	Kuře na bylinkách	450	1925	47,5	30	2,5
200	g	Brambory vařené	142	606	4	0,4	32,2
CELKEM			694	2960	56,9	34,9	46,1
Svačina							
80	g	Rohlík	229,6	963,2	7,84	2,96	46
40	g	Meruňky	15,6	64,8	0,36	0,04	4,8
CELKEM			245,2	1028	8,2	3	50,8
Večeře							
250	g	Palačinky s tvarohem	467,5	1957,5	22,5	9	74,5
100	ml	Čaj černý - neslazený	0	0	0	0	0
10	g	Cukr	40,5	169,7	0	0	9,98
100	g	Jablka	42	175	0,4	0,4	13
CELKEM			550	2302,2	22,9	9,4	97,48
DENNÍ SOUČET			2435,7	10257,7	106,96	110,14	276,56
Poměr energie				100 %	18 %	41 %	41 %
Snídaně							

100	ml	Bílá káva s cukrem	64	267	2,7	1,6	9,5
120	g	Rohlík	344,4	1444,8	11,76	4,44	69
20	g	Rama	151,2	633	0	16,8	0
100	g	Žervé	189	780	6	17	3
CELKEM			748,6	3124,8	20,46	39,84	81,5
Oběd							
100	g	Polévka s bylinkovými nočky	53	222	4,8	1,6	4,8
150	g	Vepřový domažlický plátek	297	1242	18,75	23,25	3,75
200	g	Těstoviny vařené	265,32	1112,81	7,84	5,15	46,08
CELKEM			615,32	2576,81	31,39	30	54,63
Svačina							
80	g	Rohlík	229,6	963,2	7,84	2,96	46
200	g	Mléko polotučné	92	386	6,6	3	9,6
CELKEM			321,6	1349,2	14,44	5,96	55,6
Večeře							
250	g	Hovězí dušené v mrkvi	241,5	1010,75	19,96	13,77	14,66
200	g	Brambory vařené	170	714	4	0,4	39,4
100	ml	Čaj ovocný	8	34	0	0	2
10	g	Cukr	39,9	169,7	0	0	9,98
CELKEM			459,4	1928,45	23,96	14,17	66,04
DENNÍ SOUČET			2144,92	8979,26	90,25	89,97	257,77
Poměr energie				100 %	17 %	38 %	45 %
Průměr za 5 dnů			2384,31	10005,42	98,35	86,99	315,81
Poměr				100 %	17 %	33%	50%

Zhodnocení:

Léčebná výživa D2 poskytovaná v zařízeních Vězeňské služby ČR splňuje požadavky na šetřící výživu v rozsahu odpovídajícím legislativním a provozním podmínkám VS ČR. Skladba stravy, technologické postupy i výživové hodnoty jsou definovány odbornými normami a metodickými pokyny, avšak jejich praktické naplňování probíhá v rámci možností konkrétního zařízení, pod dohledem nutričního terapeuta a v souladu s lékařskou indikací.

Na základě poskytnutých údajů a provedených nutričních propočetů lze konstatovat, že **podávaná základní strava ve vězeňském zařízení odpovídá zásadám racionální výživy** a naplňuje aktuální výživová doporučení pro dospělou populaci. **Dieta D2 (šetřící)** je dle propočetného jídelního lístku **v plném souladu s platnými odbornými doporučeními** a odpovídá nutričním i technologickým požadavkům na tento typ dietního režimu.