

Jídelní lístek

na období od: 04.02.2019 do: 08.02.2019

04.02.2019 - pondělí:

Ranní svačina: 1a,1c, 6, 7,	slunečnicová kostka, jogurtové mléko, jablko
Oběd - polévka: 9,	z červené čočky s pórkem
Hl.jídlo 1.: 1a, 3, 7, 4,	smažené rybí filé, brambor, červené zelí s kukuřicí
Nápoj ev. zákusek	mrkváček
Odpolední svačina: 1a,1c, 7,	veka s tvarohovou pomazánkou s jarní cibulkou, rajče, mléko

05.02.2019 - úterý:

Ranní svačina: 1a, 6,1b,1d,1c, 7,	cereální rohlík s ramou, zelenina, vitakáva, banán
Oběd - polévka: 9,	zeleninová s jáhlami
Hl.jídlo 1.: 1a,	řecký guláš z krutího masa, semolinová kolínka
Nápoj ev. zákusek	šťáva mango
Odpolední svačina: 1a,1b, 6, 7, 4,	žitný chléb s pom. z ryb v tomatě, paprika, čaj lesní pohádka

06.02.2019 - středa:

Ranní svačina: 1a,1b, 6, 7,	chléb s taveným sýrem, zelenina, mléko, jablko
Oběd - polévka: 1a, 9,	drůbeží vývar se zeleninou a bulgurem
Hl.jídlo 1.: 1a, 9,	vepřové maso na kmíně, brambor, salát z kořenové zeleniny
Nápoj ev. zákusek	voda s pomerančem
Odpolední svačina: 1a, 3, 7,13,	loupáček, čaj malina-withania

07.02.2019 - čtvrtek:

Ranní svačina: 7,	šlehaný tvaroh s kakaem, čaj dobré ráno, banán
Oběd - polévka: 1e, 9,	petrželová s bramborem
Hl.jídlo 1.:	kuřecí čínská směs, rýže
Nápoj ev. zákusek	jahodový sirup
Odpolední svačina: 1a,1b, 6, 7,	chléb s pomazánkou z pečeného masa, paprika, mléko

08.02.2019 - pátek:

Ranní svačina: 1a,1b, 7,	dalamánek s ochucenou lučinou, zelenina, kakao, jablko
Oběd - polévka: 9,1d, 3,	s noky z ovesných vloček
Hl.jídlo 1.: 1a, 3, 7,	koprová omáčka, vejce, houskový knedlík
Nápoj ev. zákusek	pomerančová šťáva
Odpolední svačina: 1a,1b, 6, 7,	kmínový chléb s pomazánkou z leča, okurek, mléko

Jídlo je určeno k okamžité spotřebě!

Změna jídelníčku vyhrazena!

Dobrou chuť!

Po celý den je zajištěn pitný režim formou čerstvé vody.

Číslo před názvem pokrmu označuje alergeny, které jídla obsahují:

- | | | |
|--|---------------------------------------|--|
| 1 OBILOVINY OBSAHUJÍCÍ LEPEK 1a) pšenice, 1b) žito, 1c) ječmen, 1d) oves, 1e) špalda, 1f) kamut nebo jejich odrůdy a výrobky z nich | 3 VEJCE a výrobky z nich | 4 RYBY a výrobky z nich |
| 2 KORYŠI a výrobky z nich | 6 SOJOVÉ BOBY (SÓJA) a výrobky z nich | 7 MLÉKO a výrobky z něj |
| 5 PODZEMNICE OLEJNÁ (Arašíd) a výr. z nich | 8 HOŘČICE a výrobky z ní | 11 SEZEMOVÁ SEMENA (SEZAM) a výr. z nich |
| 8 SKOŘÁPKOVÉ PLODY 8a) mandle, 8b) lískové, 8c) vlašské, 8d) kešu, 8e) pekanové, 8f) para ořechy, 8g) pistácie, 8h) makadamie a výrobky z nich | 10 HOŘČICE a výrobky z ní | 14 MĚKKÝŠI a výrobky z nich |
| 9 CELER a výrobky z něj | 13 VLČÍ BOB (LUPINA) a výrobky z něj | |
| 12 OXID SYŘIČITÝ A SIŘIČITANY kon.vyšší 10mg | | |