

# Jídelní lístek

na období od: 18.01.2016 do: 22.01.2016

**18.01.2016 - pondělí:**

Ranní svačina:	1A 1D 7,	ovocné krusli, mléko, jablko
Oběd - polévka:	1A 7, 9,	brokolicový krém s taveným sýrem
Hl.jídlo 1.:	1A 3, 4,	karbenátek z rybího filé, brambor, mexický salát
Nápoj ev. zákusek		ananasový džus
Odpolední svačina:	1A 7,	veka s mrkvovou pomazánkou, okurek, čaj šípek s ibiškem

**19.01.2016 - úterý:**

Ranní svačina:	7,	Pribináček, kukuřičné tyčinky, čaj ranní potěšení, banán
Oběd - polévka:	1A 6, 9,	dršťková ze sojového masa
Hl.jídlo 1.:	1A	krútí kostky s liškami, zeleninový kuskus
Nápoj ev. zákusek		malinový sirup
Odpolední svačina:	1A 1B 3, 7,	chléb s kečupovou pomazánkou, paprika, mléko

**20.01.2016 - středa:**

Ranní svačina:	1E 1C 1B 7,	špalďové pečivo s pomazánkovým máslem, mrkev, vitakao, jablko
Oběd - polévka:	1A 9,	hovězí vývar s grahamovými nudlemi
Hl.jídlo 1.:	1A 7,	koprová omáčka, vařené hovězí maso, brambor
Nápoj ev. zákusek		tykvík
Odpolední svačina:	1A 4, 7,	pletýnka se švédskou pomazánkou, rajče, čaj borůvka s echinaceou

**21.01.2016 - čtvrtek:**

Ranní svačina:	1A 1B 1C 1D 6, 7,	korn bageta se sýrovou pomazánkou s pörkem, granko, hrozny
Oběd - polévka:	1A 9,	z cizrny
Hl.jídlo 1.:	1A 3, 7,	vepřová roláda, rýže, bulharský salát
Nápoj ev. zákusek		voda
Odpolední svačina:	1A 3, 7,	skořicový copánek, mléko

**22.01.2016 - pátek:**

Ranní svačina:	1A 1B 1C 1D 6, 7, 11,	dalamánek s tofu pomazánkou, okurek, mléko, jablko
Oběd - polévka:	1A 9,	ze zeleného hrášku
Hl.jídlo 1.:	7, 9,	jáhly se zeleninou, sýr, čínské zelí
Nápoj ev. zákusek		štáva červený pomeranč
Odpolední svačina:	1A 1C 6, 4, 7,	slunečnicové pečivo s pomazánkou z uzenáčů, paprika, lipový čaj

Jídlo je určeno k okamžité spotřebě!

Změna jídelníčku vyhrazena!

Dobrou chuť!

Čísla před názvem pokrmu označují alegeny, 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

2 KORYŠI a výrobky z nich 3 VEJCE a výrobky z nich 4 RYBY a výrobky z nich

5 PODZEMNICE OLEJNÁ (Arašídy) a výr. z nich 6 SOJOVÉ BOBY (SÓJA) a výrobky z nich 7 MLÉKO a výrobky z něj

8 SKORÁPKOVÉ PLODY 8a) mandle, 8b) lískové, 8c) vlašské, 8d) kešu, 8e) pekanové, 8f) para ořechy, 8g) pistácie, 8h) makadamie a výrobky z nich

9 CELER a výrobky z něj 10 HOŘČICE a výrobky z ní 11 SEZEMOVÁ SEMENA (SEZAM) a výr. z nich

12 OXID SYŘIČITÝ A SÍŘIČITANY kon.vyšší 10mg 13 VLČÍ BOB (LUPINA) a výrobky z něj 14 MĚKKÝŠI a výrobky z nich