

Jídelní lístek

na období od: 09.10.2017 do: 13.10.2017

OVOCNÁ
ŠTÁVA

09.10.2017 - pondělí:

Ranní svačina:	7,	chia kaše švestka se skořicí, čaj vanilkový sen, jablko
Oběd - polévka:	1c, 9,	s ječnými krupkami a houbami
Hl.jídlo 1.:	1a, 3,	kuřecí maso v zelí, bramborový knedlík
Nápoj ev. zákusek		hroznový džus
Odpolední svačina:	1a,1b, 7,	chléb s pom.azánkou se salátovou okurkou, rajče, mléko

10.10.2017 - úterý:

Ranní svačina:	7,	domácí pribaňáček, čaj jablko s vůní meduňky, banán
Oběd - polévka:	1a, 3, 9,	s mrkvovými noky
Hl.jídlo 1.:	1a,1b, 3,	hrachová kaše, vejce, chléb, salátová okurka
Nápoj ev. zákusek		sirup meduňkový řepík
Odpolední svačina:	1a,1c, 7,	veka s tvarohovou pom. s ředkvičkou a kečupem, mléko

11.10.2017 - středa:

Ranní svačina:	1a,1c, 6,11, 3,	cereální rohlík s pom. z míchaných vajíček, zelenina, mléko, jablko
Oběd - polévka:	9,	hrstková
Hl.jídlo 1.:	1a,	cikánská hovězí pečeně, rýže
Nápoj ev. zákusek		pomerančová šťáva
Odpolední svačina:	7,1a,	kefírová buchta, mléko

12.10.2017 - čtvrtek:

Ranní svačina:	1a,1c, 6, 7,	slunečnicová kostka s tradičním pomazánkovým, okurek, vitakao, jablko
Oběd - polévka:	1a, 3,	ruský boršč
Hl.jídlo 1.:	1a,1c, 3,	sekaná pečeně, brambor, zelný salát s kukuřicí
Nápoj ev. zákusek		voda s citronem
Odpolední svačina:	1a,1b, 7,	chléb s pomazánkou z červené čočky, paprika, mléko

13.10.2017 - pátek:

Ranní svačina:	1a,1b,1c,1d, 6,11, 7, 4,	dalamánek s rybí pomazánkou, zelenina, čaj ranní potěšení, jablko
Oběd - polévka:	1a, 9,	zeleninová s pohankovými vločkami
Hl.jídlo 1.:	1a,	vřetena se špenátem, sýr, rajče
Nápoj ev. zákusek		šťáva aloe vera ostružina
Odpolední svačina:	1a, 7,	rýžový chlebiček v jogurtu, 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 alergy, 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 KORYŠÍ a výrobky z nich	6 SOJOVÉ BOBY (SÓJA) a výrobky z nich	7 MLÉKO a výrobky z něj
5 PODZEMNICE OLEJNÁ (Arašidy), a výr. z nich	8 SKORÁPKOVÉ PLODY 8a) mandle, 8b) lískové, 8c) vlašské, 8d) kešu, 8e) pekanové, 8f) para ořecny, 8g) pistácie, 8h) makadamie a výrobky z nich	11 SEZEMOVÁ SEMENA (SEZAM) a výr. z nich
8 SKORÁPKOVÉ PLODY 8a) mandle, 8b) lískové, 8c) vlašské, 8d) kešu, 8e) pekanové, 8f) para ořecny, 8g) pistácie, 8h) makadamie a výrobky z nich	10 HOŘČICE a výrobky z ní	14 MĚKKÝŠÍ a výrobky z nich
9 CELER a výrobky z něj		
12 OXID SYŘIČITÝ A SIŘIČITANY kon.vyšší 10mg	13 VLČÍ BOB (LUPINA) a výrobky z něj	

C
VITAMÍN

OVOCNÁ
ŠTÁVA