

Jídelní lístek

na období od: 30.10.2017 do: 03.11.2017

VITAMÍN D

30.10.2017 - pondělí:

Ranní svačina:	1a,1b, 7,11,	raženka Cézar, bílá káva, jablko
Oběd - polévka:	1a, 3, 9,	kmínová s vejci a zeleninou
Hl.jídlo 1.:	1a,1b,	bramborovo-cuketový guláš, chléb
Nápoj ev. zákusek		hruškový džus
Odpolední svačina:	1a,1c, 6, 7,	veka s rozhudou, okurek, mléko

31.10.2017 - úterý:

Ranní svačina:	1a,1b,1c,13, 7,	dýňová kostka s máslem, zelenina, kakao, banán
Oběd - polévka:	1a,1d, 9,	rajská s ovesnými vločkami
Hl.jídlo 1.:	1a,	krutí kostky na česneku a jablkách, celozrnný kuskus, andaluzský salát
Nápoj ev. zákusek		voda máta-citron
Odpolední svačina:	1a,1b, 6, 7,	chléb s pomazánkou z pečeného kuřete, rajče, čaj jahoda-ginko

01.11.2017 - středa:

Ranní svačina:	1a,1c, 7,	grahamový rohlík se sýrem Olivier, zelenina, mléko, jablko
Oběd - polévka:	9,	čočková s pažitkou
Hl.jídlo 1.:	9,	rizoto po japonsku, salát polníček
Nápoj ev. zákusek		sirup Caprio pomeranč
Odpolední svačina:	1a, 3, 7,	skořicová kobliha, mléko

02.11.2017 - čtvrtek:

Ranní svačina:	7,	jogurt s borůvkami, čaj sladká švestka, mandarinka
Oběd - polévka:	1a,1c, 3, 9,	zeleninová s masovými knedlíčky
Hl.jídlo 1.:	1a, 7, 9,	bratislavské vepřové plecko, semolinové těstoviny
Nápoj ev. zákusek		ananasový džus
Odpolední svačina:	1a,1b, 3, 6, 7,	chléb s kečupovou pomazánkou, paprika, mléko

03.11.2017 - pátek:

Ranní svačina:	1a,1b, 7,	ďalamánek se šunkovou pěnou, zelenina, mléko, jablko
Oběd - polévka:	1a, 9,	tuřínová s bulgurem
Hl.jídlo 1.:	1a,	vranovský bifteček, brambor, mexický zelný salát
Nápoj ev. zákusek	7,	vitamaxima meruňka
Odpolední svačina:	1a,1b, 6, 4, 7,	slunečnicové pečivo s lososovou pěnou se sušenými rajčaty, lipový čaj

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 (Arašidy) a výr. z nich | 8c) vlašské, 8d) kešu, 8e) pekanové, 8f) para ořechy, 8g) pistácie, 8h) makadamie a výrobky z nich | 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 něj | 14 MĚKKÝŠI a výrobky z nich |
| 9 CELER a výrobky z něj | | |
| 12 OXID SYŘIČITÝ A SYŘIČITANY kon. vyšší 10mg | 13 VLČÍ BOB (LUPINA) a výrobky z něj | |

