

Jídelní lístek

na období od: 09.04.2018 do: 13.04.2018

OVOČNÁ**ŠTÁVA****09.04.2018 - pondělí:**

Ranní svačina:	1a, 1b, 6b, 3,	vaječné topinky, jablko
Oběd - polévka:	1d, 9,	tomatová s ovesnými vločkami
Hl.jídlo 1.:	4, 7,	mořská štika s bylinkovým máslem, brambor, kedlubnovno- mrkvový salát
Nápoj ev. zákusek		sirup rakytník s levandulí
Odpolední svačina:	1a, 1b, 6, 3, 7,	chléb se špenátovou pomazánkou, rajče, mléko

10.04.2018 - úterý:

Ranní svačina:	1a, 1b, 1c, 1d, 6, 7,	cereální rohlík s tvarohovou pom. s kapií, zelenina, kakao, hrozny
Oběd - polévka:	9,	ze zeleného chřestu
Hl.jídlo 1.:		kuřecí čínská směs, rýže
Nápoj ev. zákusek		šťáva mandarinka-zázvor
Odpolední svačina:	1a, 1b, 6, 7,	slunečnicové pečivo s pom. z červených fazolí, okurek, mléko

11.04.2018 - středa:

Ranní svačina:	1d, 8b, 7,	jogurt s müsli, čaj jahodový palouk s bylinkami, jablko
Oběd - polévka:	1a, 1b, 6, 9,	česneková s bylinkovými krutony
Hl.jídlo 1.:	1a, 3, 6, 7,	kapustové karbenátky se sojovým masem, brambor s jarní cibulkou, rajče
Nápoj ev. zákusek		hruškový džus
Odpolední svačina:	1a, 1b, 6, 7,	chléb s mrkvovou pomazánkou, paprika, mléko

12.04.2018 - čtvrtok:

Ranní svačina:	1b, 1e, 6, 7,	špalďové pečivo s benátskou pomazánkou zelenina, bílá káva, banán
Oběd - polévka:	9,	zeleninová s jáhly
Hl.jídlo 1.:	1a,	pštrosí nudličky na žampionech, těstoviny, balkánský salát
Nápoj ev. zákusek		voda s pomerančem
Odpolední svačina:	1a, 1e, 3, 7,	makovec se špalďovou moukou, mléko

13.04.2018 - pátek:

Ranní svačina:	1a, 1b, 1c, 11, 7,	chia kostka se smetanovou lučinou, zelenina, mléko, jablko
Oběd - polévka:	9,	mungo s jáhly a petřželkou
Hl.jídlo 1.:	1a, 3, 7,	buchty s tvarohem, ovoce
Nápoj ev. zákusek	7,	mléko
Odpolední svačina:	1a, 1b, 6, 7,	chléb s pomazánkou z lososa s bylinkami, paprika, dětský čaj

Jídlo je určeno k okamžité spotřebě!

Změna jídelníčku vyhrazena!

Dobrou chuť!

Po celý den je zajištěn pitný režim formou čerstvé vody.



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 KORÝŠI a výrobky z nich

3 VEJČE 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

11 SEZEMOVÁ SEMENA (SEZAM) a výr. z nich

10 HORČICE a výrobky z ní

14 MĚKKÝŠI a výrobky z nich

12 OXID SYŘIČITÝ A SIŘIČITANY kon.výšší 10mg

13 VLČÍ BOB (LUPINA) a výrobky z něj

