

# Jídelní lístek

na období od: 16.03.2020 do: 20.03.2020

VITAMÍN

## 16.03.2020 - pondělí:

Ranní svačina:	7,	pohanková kaše, čaj ranní potěšení, jablko
Oběd - polévka:	9,1a,	zeleninová s tmavým bulgurem
Hl.jídlo 1.:	1a, 3,	krutí maso v zeli, veselý bramborový knedlík
Nápoj ev. zákusek		višňový džus
Odpolední svačina:	1a,1c,11, 7, 3,	grahamová veka s jarní pomazánkou z míchaných vajíček, okurek, mléko

## 17.03.2020 - úterý:

Ranní svačina:	7, 9,10,	knuspi plátek s humrovou pomazánkou, zelenina, bílá káva, banán
Oběd - polévka:	9,	bramborová s houbami a medvědí česnekem
Hl.jídlo 1.:	1a,1b, 6, 3,	čočka nakyselo, vejce, chléb, okurek
Nápoj ev. zákusek		bezový sirup
Odpolední svačina:	1a,1b, 6, 7,	benešovský chléb s Ramou, rajče, mléko

## 18.03.2020 - středa:

Ranní svačina:	7,	domácí pribináček, čaj broskvové osvěžení, jablko
Oběd - polévka:	9, 7,1a,	květáková s lupinovou moukou, bramborem a muškátovým květem
Hl.jídlo 1.:	1a, 3,	hovězí na tymiánu s vajíčky, rýže s kurkumou, okurkový salát
Nápoj ev. zákusek		voda s citronem
Odpolední svačina:	1a,1b,1c, 6, 7,	dýňový chléb s hráškovou pomazánkou s bylinkami, rajče, mléko

## 19.03.2020 - čtvrtek:

Ranní svačina:	1a,1b,1c,1d, 6, 7,	cereální rohlík s čerstvým smetanovým sýrem, zelenina, mléko, banán
Oběd - polévka:	1a, 9,	slepičí s pórkem a grahamovými nudlemi
Hl.jídlo 1.:	1a, 3, 7,	vepřový závitok naruby, semolinové těstoviny, bulharský salát
Nápoj ev. zákusek		voda s mandarinkou
Odpolední svačina:	1a,1b, 6, 7, 4,	chléb s pomazánkou z tuňáka, paprika, ovocný čaj

## 20.03.2020 - pátek:

Ranní svačina:	1a,1c,11, 7,	sezamová bulka s ředkvičkovou pomazánkou, zelenina, kakao, jablko
Oběd - polévka:	9,	mungo s jáhly a petrželkou
Hl.jídlo 1.:	1a,	kuřecí perkelt, kuskus s kukuřicí
Nápoj ev. zákusek		šťáva maracuja-šipek
Odpolední svačina:	1a, 3, 7,	mrkvovník, 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 KORYŠÍ 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                                                                                                     | 10 HOŘČICE a výrobky z ní             | 11 SEZEMOVÁ SEMENA (SEZAM) a výr. z nich |
| 8 SKORÁPKOVÉ PLODY 8a) mandle, 8b) lískové, 8c) vlašské, 8d) kešu, 8e) pekanové, 8f) para ořechy, 8g) pistácie, 8h) makadamie a výrobky z nich | 13 VLČÍ BOB (LUPINA) a výrobky z něj  | 14 MĚKKÝŠÍ a výrobky z nich              |
| 9 CELER a výrobky z něj                                                                                                                        |                                       |                                          |
| 12 OVOCE a výrobky z něj                                                                                                                       |                                       |                                          |

**agfoods**

Společnost zaměstnanců přeje dobrou chuť. Změna jídelního listku vyhrazena...

