

Jídelní lístek

na období od: 14.12.2020 do: 18.12.2020

VITAMÍN

14.12.2020 - pondělí:

Ranní svačina:	7,	rýžovo-jáhlová kaše s meruňkou, čaj dobré ráno
Oběd - polévka:	1a, 9,	čirá zeleninová s bulgurem a krutím masem
Hl.jídlo 1.:	1a, 3, 4, 7,	smažené rybí filé, bramborová kaše, zelný salát s klíčky mungo
Nápoj ev. zákusek		džus černý rybíz, jablko
Odpolední svačina:	1a,1b, 6, 7,	benešovský chléb s tvarohovou pom. s pažitkou, rajče, mléko

15.12.2020 - úterý:

Ranní svačina:	1a,1b,1c,1d, 6, 7,	cereální rohlík s Ramou, okurek, caro, banán
Oběd - polévka:	7, 9,	zelná
Hl.jídlo 1.:	1a, 7,	bramborové šišky s mákem a máslem
Nápoj ev. zákusek		šťáva jahoda-šalvěj
Odpolední svačina:	1a,1b,1c, 6, 7, 4,	dýňové pečivo s pomazánkou ze šprotů, kapie, čaj s kousky ovoce

16.12.2020 - středa:

Ranní svačina:	7,	domácí pribináček, dětský šípkový čaj
Oběd - polévka:	9,1b,	vývar se zeleninou a žitnými vločkami
Hl.jídlo 1.:	1a, 7, 3,	křenová omáčka, vařené hovězí maso, houskový knedlík
Nápoj ev. zákusek		bezový sirup, mandarinka
Odpolední svačina:	1a,1b, 6, 7,	kmínový chléb s tomatovým máslem, okurek, mléko

17.12.2020 - čtvrtek:

Ranní svačina:	1a,1b, 7,	dalamánek s perštátskou pomazánkou, kedlubna, mléko, banán
Oběd - polévka:	1a, 9, 3,	ze zeleného hrášku s vejci
Hl.jídlo 1.:	1a, 3,	vepřová pečeně po pražsku, brambor, ledový salát
Nápoj ev. zákusek		šťáva žlutý meloun
Odpolední svačina:	1a,1b,11, 7,	grahamová vecka s pomazánkou z pečeného kuřete, rajče, mléko

18.12.2020 - pátek:

Ranní svačina:	1e,1b,1c, 7, 3,	špaldový chléb s pom. z míchaných vajíček, pórek, kakao, jablko
Oběd - polévka:	9,	z barevných fazolí s petrželkou
Hl.jídlo 1.:	9,1a, 7,	vegetariánské těstovinové rizoto, sýr, rajče
Nápoj ev. zákusek		pomerančový sirup
Odpolední svačina:	1a,1b, 6, 7,	pšenično-žitný chléb se žampionovou pomazánkou, paprika, 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 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 | 3 VEJCE a výrobky z nich | 4 RYBY a výrobky z nich |
| 2 KORÝŠÍ 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 | 10 HOŘČICE a výrobky z ní | 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 | 13 VLČÍ BOB (LUPINA) a výrobky z něj | 14 MĚKKÝŠÍ a výrobky z nich |
| 9 CELER a výrobky z něj | | |
| 12 OXID SYŘÍČITÝ A SŘÍČITANY kon.vyšší 10mg | | |

