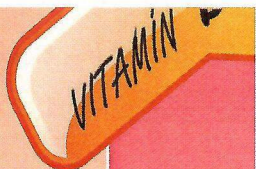


# Jídelní lístek

na období od: 04.10.2021 do: 08.10.2021



## 04.10.2021 - pondělí:

Ranní svačina:	7,1a, 3,	pohanková kaše, čaj vanilkový sen, piškoty
Oběd - polévka:	1c, 9,	s ječnými krupkami a zeleninou
Hl.jídlo 1.:	1a, 3,	drůbeží maso v zeli, bramborový knedlík
Nápoj ev. zákusek		višňový ovocný sirup, ovoce
Odpolední svačina:	1b,1a, 6, 7,	slunečnicová vecka se žampionovou pomazánkou, okurek, mléko

## 05.10.2021 - úterý:

Ranní svačina:	1a, 6,1b,1c,1d, 7,	cereální rohlík se šunkovou pěnou, rajče, mléko, banán
Oběd - polévka:	1a, 3, 9,	s mrkvovými noky a pórkem
Hl.jídlo 1.:	1a,1b, 3, 6,	hrachová kaše, vejce, chléb, okurek
Nápoj ev. zákusek		malinový džus
Odpolední svačina:	1b,1a, 6, 7, 4,	chléb s pomazánkou z olejovek, kapie, limetkový čaj s goji

## 06.10.2021 - středa:

Ranní svačina:	1a,1b, 7,11,	chia kostka s čerstvým sýrem Arla, kedlubna, vitanáka, banán
Oběd - polévka:	1a, 9, 7,	ruský boršč
Hl.jídlo 1.:	1a, 3, 7,	sekaná pečeně, brambor, letní zelný salát
Nápoj ev. zákusek		pomerančová šťáva
Odpolední svačina:	1a,1b, 6, 7,	benešovský chléb s tofu pomazánkou, rajče, mléko

## 07.10.2021 - čtvrtek:

Ranní svačina:	1a,1b,1c,1d, 6, 7,	domácí přibináček, čaj vanilkové potěšení, cereálie
Oběd - polévka:	9,	hrstková s medvědí česnekem
Hl.jídlo 1.:	1a,	hovězí nudličky po znojemsku, rýže s kapií, andaluzský salát
Nápoj ev. zákusek		voda s limetkou, ovoce
Odpolední svačina:	1a,1b, 6, 7,	kmínový chléb s hráškovou pomazánkou, kapie, mléko

## 08.10.2021 - pátek:

Ranní svačina:	1a,1b, 7,	dalamánek s tvaroh. pom. s ředkvičkou a kečupem, okurek, kakao, jablko
Oběd - polévka:	9,	bramborová s paprikami a cizrnovou moukou
Hl.jídlo 1.:	1a, 7, 3,	blužinské nudle se špenátem, sýr, barevné papriky
Nápoj ev. zákusek		černý čaj s citronem
Odpolední svačina:	1a,1e, 7,	keřirová buchta se špaldovou moukou, mléko

Jídlo je určeno k okamžité spotřebě!

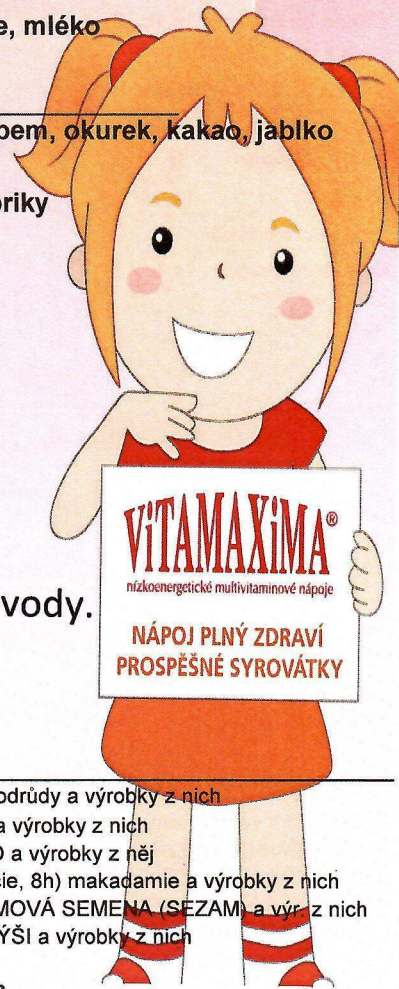
Změna jídelníčku vyhrazena!

Dobrou chuť!

Po celý den je zajištěn pitný režim formou čerstvé vody.

Číslo před názvem pokrmu označují 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 HOŘČICE a výrobky z ní              | 11 SEZEMOVÁ SEMENA (SEZAM) a výr. z nich |
| 8 ŠKOŘÁPKOVÉ PLODY 8a) mandle, 8b) lískové, 8c) vlašské, 8d) kešu, 8e) pekanové, 8f) para ořechy, 8g) pistácie, 8h) makadámie 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 SYŘICITÝ A SÍLNITELNÝ K. n. vyšší 10mg   |                                       |  |



**VITAMAXiMA®**  
 nízkoenergetické multivitaminové nápoje  
**NÁPOJ PLNÝ ZDRAVÍ  
 PROSPĚŠNÉ SYROVÁTKY**

