

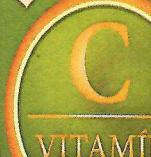
Jídelní lístek

na období od: 11.10.2021 do: 15.10.2021

**OVOCNÁ
ŠTÁVA**

11.10.2021 - pondělí:

Ranní svačina:	1a, 1c, 6, 7,	slunečnicová kostka, bílá káva, jablko
Oběd - polévka:	9,	zeleninová s kukuřičnou moukou a pažitkou
Hl.jídlo 1.:	1a, 3, 7, 1e,	kuře na paprice, celozrnný kynutý knedlík
Nápoj ev. zákusek		jahodová šťáva
Odpolední svačina:	1a, 1b, 4, 7,	veka s pomazánkou ze šprotů, kapie, dětský šípkový čaj



12.10.2021 - úterý:

Ranní svačina:	1a, 1c, 7,	grahamový rohlík s tvarohovou pom. s koprem, rajče, mléko, banán
Oběd - polévka:	6, 9,	vegetariánská frankfurtská s majoránkou
Hl.jídlo 1.:	1a, 4, 9, 3,	treska po novohradsku, brambor, zelný salát s kukuřicí
Nápoj ev. zákusek		džus mango
Odpolední svačina:	1a, 1b, 6, 7,	benešovský chléb s pomazánkou z grilovaných paprik, okurek, mléko

13.10.2021 - středa:

Ranní svačina:	1a, 1b, 1c, 11, 7,	chia pečivo s nadýchanou lučinou s bylinkami, paprika, kakao, banán
Oběd - polévka:	9,	z osmažené zeleninou s masem a jáhlovými vločkami
Hl.jídlo 1.:	9,	maso tří barev s čínskou zeleninou, rýže
Nápoj ev. zákusek		grepová šťáva
Odpolední svačina:	1a, 1b, 6, 7,	kmínový chléb s pomazánkou z pečenho kuřete, rajče, mléko

14.10.2021 - čtvrtek:

Ranní svačina:	1a, 1b, 1c, 1d, 6, 7,	jogurt s ovocným müsli, čaj babiččina zahrádka, piškoty
Oběd - polévka:	9,	hráškový krém s bazalkovým pestem a corn flakes
Hl.jídlo 1.:	1a, 3,	vepřový závitek naruby, brambor, rajčatový salát
Nápoj ev. zákusek		voda s pomerančem, ovoce
Odpolední svačina:	1a, 1b, 6, 7,	pčenično-žitný chléb s pomazánkou z máslové dýně, paprika, mléko

15.10.2021 - pátek:

Ranní svačina:	1a, 1b, 7,	dalamánek s bylinkovým máslem, okurek, mléko, jablko
Oběd - polévka:	9,	s pohankou a řapíkatým celerem
Hl.jídlo 1.:	1a, 3, 7, 9,	zeleninové ragù s červenou čočkou ála bolognesse, těstovinové zvonky
Nápoj ev. zákusek		kopřivový sirup
Odpolední svačina:	1a, 1b, 7,	knuspi perníček v jogurtu, čaj rakytníkový Vysočánek

Jídlo je určeno k okamžité spotřebě!

Změna jídelníčku vyhrazena!

Dobrou chuť!

Po celý den je zajištěn pitný režim formou čerstvé vody.

Čísla před názven 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 KORYŠI a výrobky z nich		7 MLEKO a výrobky z něj
5 PODZEMNICE OLEJNÁ (Arašídy) a výr. z nich	6 SOJOVÉ BOBY (SÓJA) a výrobky z nich	
8 SKORÁPKOVÉ PLODY 8a) mandle, 8b) lískové, 8c) vlašské, 8d) kešu, 8e) pekanové, 8f) para orechy, 8g) pistacie, 8h) makadamie a výrobky z nich	10 HOŘČICE a výrobky z ní	11 SEZEMOVÁ SEMENA (SEZAM) a výr. z nich
9 CELER a výrobky z něj	13 VLČÍ BOB (LUPINA) a výrobky z něj	14 MĚKKÝŠI a výrobky z nich
12 OXID SYRIČITY A SIRIČITANY kon. výšší 10mg		

