

Jídelní lístek

na období od: 10.01.2022 do: 14.01.2022

10.01.2022 - pondělí:

Ranní svačina:	7, 1a,	rýžovo-jáhlová kaše s meruňkou, cereálie, lipový čaj
Oběd - polévka:	9, 1a,	bramborová s lesními houbami
Hl.jídlo 1.:	1a, 1b, 6, 3,	čočka na kyselo, vejce, chléb, okurek
Nápoj ev. zákusek		malinový sirup, banán
Odpolední svačina:	1a, 1b, 6, 7,	kmínový chléb s pomazánkou z máslové dýně, paprika, mléko

11.01.2022 - úterý:

Ranní svačina:	7,	veka se sýrem Fénix, okurek, rakytníkový čaj, banán
Oběd - polévka:	9, 1a, 3,	s játrovým kapáním a zeleninou
Hl.jídlo 1.:	1a,	přírodní telecí plátek, hrášková rýže, bulharský salát
Nápoj ev. zákusek		voda s citronem
Odpolední svačina:	1b, 1a, 6, 7,	slunečnicové pečivo s brokolicovou pomazánkou, rajče, mléko

12.01.2022 - středa:

Ranní svačina:	1a, 1b, 7,	dalamánek s čajovou hermelínovou pomazánkou, kedlubna, bikáva, jablko
Oběd - polévka:	9, 1e,	zeleninová se špaldovými kroupami
Hl.jídlo 1.:	1a, 1e, 3, 9, 7,	sekaná svíčková, celozrnný houskový knedlík
Nápoj ev. zákusek		pomerančový džus
Odpolední svačina:	1a, 7, 3,	makovec, mléko

13.01.2022 - čtvrtek:

Ranní svačina:	1a, 3, 7,	jogurt s lesním ovocem, piškoty, čaj malina-whitania
Oběd - polévka:	9,	z fazolí adzuki s medvědí česnekem
Hl.jídlo 1.:	1a,	hovězí maso v mrkvi, brambor
Nápoj ev. zákusek		ananasový sirup, jablko
Odpolední svačina:	1a, 1b, 6, 7,	pšenično-žitný chléb s kachní pomazánkou, okurek, mléko

14.01.2022 - pátek:

Ranní svačina:	1a, 6, 1c, 1d, 1c, 7,	cereální rohlík s tvarohovou pom. s česnekem, rajče, kakao, jablko
Oběd - polévka:	9, 1a, 3,	špenátová s kapáním
Hl.jídlo 1.:	7, 3,	zapečené brambory s květákem a brokolicí, mrkev a ananášem
Nápoj ev. zákusek		jablečný džus
Odpolední svačina:	1a, 1b, 6, 4, 7,	benešovský chléb s námořnickou pomazánkou, paprika, čaj lesní plody

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 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 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 | 8 SKOŘÁPKOVÉ PLODY 8a) mandle, 8b) lískové, 8c) vlašské, 8d) kešu, 8e) pekanové, 8f) para ořechy, 8g) pistácie, 8h) makadamie a výrobky z nich | 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 | 10 HOŘČICE a výrobky z ní | 14 MEKKÝŠÍ a výrobky z nich |
| 9 CELER a výrobky z něj | 12-OXID SYŘIČITÝ A SÍŘIČTANY kon.vyšší 10mg | |
| 12-OXID SYŘIČITÝ A SÍŘIČTANY kon.vyšší 10mg | 13 VLČÍ BOB (LUPINA) a výrobky z něj | |

OVOCNÁ ŠTÁVA

C
VITAMÍN

OVOCNÁ ŠTÁVA

