

Jídelní lístek

na období od: 13.06.2022 do: 17.06.2022

VITAMÍN C

13.06.2022 - pondělí:

Přesnídávka	sýrová pletýnka, kakao, jablko (1a 1c 7)
O b ě d - Polévka	hrachová s pažitkou, sirup (9)
- Hlavní jídlo 1.	mořská štika na celeru, brambor, zeleninová obloha (4 7 9)
Odpolední svačina	kmínový chléb s nadýchanou lučinou, okurek, mléko (1b 1a 6 7)

14.06.2022 - úterý:

Přesnídávka	cereální rohlík s tvarohovou pom. s čecnekem, rajče, bílá káva, banán (1a 6 1b 1d 1c)
O b ě d - Polévka	brokolicová s bramborem a cizrnovou moukou, šťáva (9)
- Hlavní jídlo 1.	makedoňský krutí tokáň, bulgur (1a)
Odpolední svačina	ořechový závin, mléko (1a 3 7 6 8c 13)

15.06.2022 - středa:

Přesnídávka	jogurt s čokoládovými lupínky, piškoty, čaj višeň-bezinka (7 1a 3)
O b ě d - Polévka	s játrovou rýží, zeleninou a pórkem, džus, ovoce (1a 3 9)
- Hlavní jídlo 1.	hovězí maso, dušená mrkev s hráškem, brambor (1a)
Odpolední svačina	benešovský chléb, pomazánka z pečených paprik, rajče, mléko (1a 1b 6 7)

16.06.2022 - čtvrtek:

Přesnídávka	grahamový plátek s ředkvičkovým máslem, okurek, mléko, jablko (1b 1a 7)
O b ě d - Polévka	rajská s ovesnými vločkami, voda s pomerančem (1a 1d 9)
- Hlavní jídlo 1.	vepřové maso na žampionech, zeleninová rýže, okurkový salát (1a)
Odpolední svačina	pšenično-žitný chléb s pomazánkou ze seldřů, paprika, brusinkový čaj (1a 1b 6 7 4)

17.06.2022 - pátek:

Přesnídávka	chia kostka s kečupovou pomazánkou, kedlubna, mléko, jablko (1a 1b 11 1c 3 7)
O b ě d - Polévka	z rybího filé s opečeným chlebem, šťáva (1a 1b 6 4)
- Hlavní jídlo 1.	blučinské těstoviny se zeleninovo-smetanovou omáčkou, rajče (7)
Odpolední svačina	kváskový chléb s pomazánkou z mungo fazolí, paprika, bylinkový čaj (1a 1b 6 7)

Jídlo je určeno k okamžité spotřebě!

Změna jídelníčku vyhrazena!

Po celý den je zajištěn pitný režim formou čerstvé vody

Čísla v závorce za názvem pokrmu označují 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 KORÝŠÍ a výrobky z nich	6 SOJOVÉ BOBY (SÓJA) a výrobky z nich	7 MLÉKO a výrobky z něj
5 PODZEMNICE OLEJNÁ (Arašíd) a vyr. z nich	8c) vlašské, 8d) kešu, 8e) pekanové, 8f) para ořechy, 8g) pistácie, 8h) makadamie a výrobky z nich	11 SEZEMOVÁ SEMENA (SEZAM) a vyr. 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 MĚKKÝŠÍ a výrobky z nich
9 ČELER a výrobky z něj		
12 OXID SYŘIČITÝ A SIŘIČITANY kon. vyšší 10mg		

anifoods

Kolektiv zaměstnanců přeje dobrou chuť!

Změna jídelního lístku vyhrazena...

VITAMÍN B

