

Jídelní lístek

na období od: 26.09.2022 do: 30.09.2022

VITAMIN

26.09.2022 - pondělí:

Přesnídávka **chia kostka s kapiovou pomazánkou, mléko, jablko (1a 1b 1c 11 7 3)**
 O b ě d - Polévka **maďarská rybí s opečeným chlebem, sirup (9 4 1a 1b 6)**
 - Hlavní jídlo 1. **zeleninové rizoto se sýrem, ledový salát (9 7)**
 Odpolední svačina **slunečnicová veka s pomazánkou z pečeného kuřete, rajče, šípkový čaj (1b 1a 6 7)**

27.09.2022 - úterý:

Přesnídávka **cereální rohlík s Lučinou, rajče, bílá káva, banán (1a 6 1b 1d 1c 7)**
 O b ě d - Polévka **zeleninová s krutím masem a pohankovou moukou, voda s kiwi (9)**
 - Hlavní jídlo 1. **vepřová pečeně po pražsku, brambor, mrkvový salát (1a 3)**
 Odpolední svačina **sváteční vánočka, mléko (1a 3 13 7 8f)**

28.09.2022 - středa:

Přesnídávka **Státní svátek ()**
 O b ě d - Polévka **Krásný sváteční den ()**
 - Hlavní jídlo 1. **přejí ()**
 Odpolední svačina **zaměstnanci kuchyně ()**

29.09.2022 - čtvrtek:

Přesnídávka **zakysaná smetana s mangem, čaj ranní svěžest, cereálie (7 1a)**
 O b ě d - Polévka **česneková se sýrem, ovoce, džus (9 7 3)**
 - Hlavní jídlo 1. **vepřové maso v kapustě, brambor (1a)**
 Odpolední svačina **kmínový chléb s rajčatovým máslem, okurek, mléko (1a 1b 6 7)**

30.09.2022 - pátek:

Přesnídávka **dýňová kostka s Ramou, rajče, mléko, jablko (1a 1b 13 7)**
 O b ě d - Polévka **krupicová se zeleninou a pórkem, šťáva (1a 3 9)**
 - Hlavní jídlo 1. **řecký guláš z krutího masa, kuskus s hráškem (1a 10)**
 Odpolední svačina **benešovský chléb s pomazánkou z makrely, paprika, mátový čaj (1a 1b 6 7 4)**

Změna jídelníčku vyhrazena!

Jídlo je určeno k okamžité spotřebě!

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 (Arašidy) a výr. z nich | 8 SOUŠENINY (SUŠENINY) 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) makadámie a výrobky z nich | 10 HOŘČICE a výrobky z ní | 14 MĚKKÝŠÍ a výrobky z nich |
| 9 CELER a výrobky z něj | 13 VLČÍ BOB (LUPINA) a výrobky z něj | |
| 12 OXID SYŘIČITÝ A SYŘIČITANÝ (GLUTAMÁT) a výrobky z nich | | |

