

# Jídelní lístek

na období od: 10.10.2016 do: 14.10.2016

OVOCNÁ  
ŠTÁVA

## 10.10.2016 - pondělí:

Ranní svačina: 7,  
Oběd - polévka: 1e, 9,  
Hl.jídlo 1.: 1a,  
Nápoj ev. zákusek  
Odpolední svačina: 1a,1b, 7,

jáhlová kaše s ovocem, zelený čaj, jablko  
houbová se špaldovými krupkami  
kuřecí maso v zeli, bramborový knedlík  
mrkvík  
chléb s tvarohovou pom. s ředkvičkou a kečupem, malcao

## 11.10.2016 - úterý:

Ranní svačina: 7,  
Oběd - polévka: 1a, 3, 9,  
Hl.jídlo 1.: 1a,1b, 3,  
Nápoj ev. zákusek  
Odpolední svačina: 1a,1c, 6, 7,

domácí přibíňáček, čaj vanilkový sen, banán  
s bylinkovými noky  
hrachová kaše, vejce, chléb, okurek  
jahodový džus  
veka se sýrovou pomázankou se salátovou okurkou, rajče, mléko

## 12.10.2016 - středa:

Ranní svačina: 1a,1c, 6,11, 3,  
Oběd - polévka: 9,  
Hl.jídlo 1.: 1a,  
Nápoj ev. zákusek  
Odpolední svačina: 7,

cereální rohlík s pom. z míchaných vajíček, kedlubna, mléko, jablko  
hrstková  
cikánská hovězí pečeně, rýže  
sirup pomeranč se skořicí  
rýžový chlébiček v jogurtu, cocoa drink

## 13.10.2016 - čtvrtek:

Ranní svačina: 1a,1c,11, 7,  
Oběd - polévka: 1a, 3,  
Hl.jídlo 1.:  
Nápoj ev. zákusek  
Odpolední svačina: 1a,1b, 7,

slunečnicový trhanec s tradičním pomazánkovým, okurek, bikáva, hrozny  
blesková s bylinkovými krutony  
dušené vepřové maso, brambor, mrkvový salát  
voda s pomerančem  
chléb s pomazánkou z červené čočky, paprika, mléko

## 14.10.2016 - pátek:

Ranní svačina: 1a,1b,1c,1d, 6,11, 7, 4,  
Oběd - polévka: 1a, 9,  
Hl.jídlo 1.: 1a,  
Nápoj ev. zákusek  
Odpolední svačina: 1a, 7,

dalamánek s rybí pomazánkou, paprika, mléko, jablko  
zeleninová s nudlemi  
vřetena se špenátem, rajče  
šťáva aloe vera ostružina  
kefirová buchta, mléko

Jídlo je určeno k okamžité spotřebě!

Změna jídelníčku vyhrazena!

Dobrou chuť!

Číslo před názvem pokrmu označuje alergy, které jídla obsahují:

- |  |                                       |  |
|--|---------------------------------------|--|
| 1 OBILOVINY OBSAHUJÍCÍ LEPEK 1a) pšenice, 1b) žito, 1c) ječmen, 1d) oves, 1e) špalda, 1f) kamať 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  | 6 SOJOVÉ BOBY (SÓJA) a výrobky z nich | 7 MLÉKO a výrobky z něj                  |
| 5 PODZEMNICE OLEJNÁ (Arašidy) a výr. z nich  | 10 HOŘČICE a výrobky z ní             | 11 SEZEMOVÁ SEMENA (SEZAM) a výr. z nich |
| 8 SKORÁPKOVÉ PLODY 8a) mandle, 8b) lískové, 8c) vlašské, 8d) kešu, 8e) pekanové, 8f) para ořechy, 8g) pistácie, 8h) makadamie a výrobky z nich | 13 VLČÍ BOB (LUPINA) a výrobky z něj  | 14 MÉKKÝŠI a výrobky z nich              |
| 9 CELER a výrobky z něj  |                                       |  |
| 12 OXID SYŘIČITÝ A SIŘIČITANY kon.vyšší 10mg   |                                       |  |



OVOCNÁ  
ŠTÁVA

Power Boy

C  
VITAMÍN