

# JÍDELNÍČEK

14.10 - 18.10.2024

*Pondělí* 14.10.2024

Přesnídávka: Pomazánka česneková, rohlík, caro, čaj, ovoce (1a, 1c, 7)

Polévka: Polévka čočková (1a, 9)

Hlavní chod: Rybí filé na rozmarýnu, bramborová kaše s pohankou, míchaný salát (1a, 4, 7)

Svačina: Šlehaný tvaroh s rohlíkem, čaj (1a, 1c, 7)

*Úterý* 15.10.2024

Přesnídávka: Pomazánka z tofu, žitný chléb, zelenina, caro, čaj, ovoce (1a, 1b, 1c, 6, 7)

Polévka: Polévka špenátová s těstovinou (1a, 7, 9)

Hlavní chod: Krůtí maso po zahradnicku, kolínka, džus mango (1a, 7, 9)

Svačina: Rohlík s medovým máslem, čaj (1a, 7)

*Středa* 16.10.2024

Přesnídávka: Kukuřičné lupínky, mléko, čaj, ovoce (7)

Polévka: Polévka hedvábná (1a, 3)

Hlavní chod: Kuřecí prsa na zelí, halušky, citronáda (1a, 3, 7)

Svačina: Žitný chléb s čerstvým sýrem, zelenina, kakao, čaj (1a, 1b, 1c, 7)

*Čtvrtek* 17.10.2024

Přesnídávka: Pomazánka z tuňáka, slunečnicový chléb, zelenina, mléko, čaj, ovoce (1a, 1b, 1c, 4, 6, 7, 10)

Polévka: Polévka s droždovými knedlíčky a zeleninou (1a, 3, 9)

Hlavní chod: Hovězí znojenská pečeně, jasmínová rýže, salát z červené řepy s jablky (1a, 10, 12)

Svačina: Proteinový chléb s máslem a bazalkovým sýrem, zelenina, kakao, čaj (1a, 1c, 7)

*Pátek* 18.10.2024

Přesnídávka: Pomazánka z avokáda, lámankový chléb, cikorka, čaj, ovoce (1a, 4, 6, 7, 10)

Polévka: Polévka mléčná s bramborem (1a, 7)

Hlavní chod: Marocký kuskus se zeleninou a sýrem, džus meruňka (1a)

Svačina: Ovocná přesnídávka, piškoty, čaj (1a, 3, 7)

Vysvětlivky alergenů uvedených výše: 1 - Obiloviny obsahující lepek, 2 - Korýši, 3 - Vejce, 4 - Ryby, 5 - Podzemnice olejná (arašídý), 6 - Sójové boby (sója), 7 - Mléko, 8 - Skořápkové plody, 9 - Celer, 10 - Hořčice, 11 - Sezamová semena (sezam), 12 - Oxid siřičitý a siřičitany, 13 - Vlčí bob (lupina), 14 - Měkkýši | Informace: strava je určena k okamžité spotřebě, Vedoucí stravování: , Kuchař/ka: , změna jídelníčku vyhrazena.