

# Jídelní lístek

22.4.-26.4.2019

## Pondělí:

### VELIKONOČNÍ PONDĚLÍ – VOLNO

## Úterý:

**Přesnídávka:** Tvaroh s bylinkami, ☉ staročeská houska, zeleninová miska, mléko, čaj  
Alergeny: 1,7,11

**Polévka:** Zeleninový vývar s pohankou

Alergeny: 9

**Hl. Jídlo:** ☉ Těstoviny, smetanovo-sýrová omáčka s medvědí česnekem, zeleninový salát, voda s pomeranči

Alergeny: 1,7

**Svačina:** máslo, lahůdkové droždí Country Life, ☉ žitný chléb, ovocná miska, mléko, čaj.

Alergeny: 1,7,11

## Středa:

**Přesnídávka:** jogurt, hroznové víno, cereálie, mléko, čaj,

Alergeny: 1,7

**Polévka:** Brokolicová polévka ☉

Alergeny:

**Hl. Jídlo:** Masové karbanátky se sýrem, bramborovo-dýňová kaše, mrkvový salát s jablky, voda s pomeranči

Alergeny: 7,

**Svačina:** ☉ celozrnný chléb s máslem a ředkvičkami, ovocná miska, mléko, čaj

Alergeny: 1,7,11

## Čtvrtek:

**Přesnídávka:** ☉ Hessenská bageta, zeleninovo-ovocná miska, mléko, čaj

Alergeny: 1,7

**Polévka:** Hovězí vývar se zeleninou ☉ s pískem

Alergeny: 1,9

**Hl. Jídlo:** Smetanová omáčka z hlívy ústřední s krutím masem, ☉ bulgur, zeleninový talíř, voda s pomeranči

Alergeny: 1

**Svačina:** ☉ pohanková kaše s posypkou, ovocná miska, mléko, čaj

Alergeny: 1,7,

## Pátek:

**Přesnídávka:** mrkvová pomazánka, ☉ vícezrnný pивní rohlík, ovocná miska, mléko, čaj

Alergeny: 1,7,11

**Polévka:** chřestová polévka

Alergeny:

**Hl. Jídlo:** ☉ špagety, směs červené čočky a bylinek, strouhaný sýr, zeleninový salát, voda s pomeranči

Alergeny: 1,7

**Svačina:** brokolicová pomazánka s tofu, ☉ žitný chléb, zeleninová miska, mléko, čaj

Alergeny: 1,7

### **Zeleninová miska**

se skládá ze salátových okurek, žlutých a červených paprik, rajských jablek a další zeleniny dle sezónní nabídky a momentální kvality.

### **Ovocná miska**

se skládá z jablek, banánů, hrušek, ovoce dle sezónní nabídky a momentální kvality.

### **Svačina pro děti, které odcházejí po obědě:**

Oplatky / ovoce / jogurt

### **Pitný režim:**

Pití je na výběr po celý den – ovocný čaj, mléko, čistá voda, voda **lehce** ochucená ovocným sirupem. Děti si mohou druh nápoje vybrat samy.

Během týdne se do tříd posílají ovocno-zeleninové 100% mošty. Ovoce a zelenina dle aktuální sezónní nabídky. Mošt lze na třídě zředit vodou.

### **Zobání pro naše dětičky:**

Roznáší se do tříd každé pondělí ráno.

(oříšky, rozinky, semínka, brusinky, sušené ovoce)

### **Odpolední svačinky ( pro děti odcházející mezi 12-14 hod)**

svačinky se střídají a obsahují:

jogurt bílý nebo ovocný, sušenka, knups s jablíčkem, sušené ovoce balené do sáčku

V kuchyni nepoužíváme uzeniny (jen výjimečně kvalitní šunku) ani žádné potraviny, které obsahují škodlivé emulgátory. Polévky a omáčky zahušťujeme „bezlepkovým způsobem“ (solamylem, kukuřičnou, rýžovou, hrachovou či jinou bezlepkovou moukou). Používáme suroviny **Country Life** (dochucovadla, mouky, těstoviny, šťávy apod.)

Jídlo je určeno k přímé spotřebě ve školkovém zařízení.

Jídelníček sestavily: Jaroslava Stachová, Kateřina Rašková.

**Přejeme dobrou chuť.**