

Jídelní lístek

12.2.-16.2. 2018

Pondělí: **Přesnídávka:** Rajčatová pomazánka (☎) vícezrný rohlík, ovocná miska, mléko, čaj
Alergeny: 1,7,11
Polévka: Brokolicová polévka (☎) s krutony
Alergeny: 1
Hl. Jídlo: Celerové lívance, bramborová kaše, červená řepa, voda s pomerančí (☎)
Alergeny: 1,7,9
Svačina: máslo, (☎) pražená semínka, zeleninová miska, pohankový chléb, mléko, čaj
Alergeny: 1,7,11
Zimní zobání pro naše dětičky (oříšky, rozinky, semínka, brusinky, sušené ovoce)

Úterý: **Přesnídávka:** Brokolicová pomazánka (☎) Vícezenný chléb, zelen. miska, mléko, čaj
Alergeny: 1,7,11
Polévka: Zeleninový vývar (☎) kapáním
Alergeny: 1,9
Hl. Jídlo: Krutí libocká čína, bulgur, kompot, voda s pomerančí
Alergeny: 1,
Svačina: Domácí lučina s bylinkami a vlaškými ořechy, (☎) rohlík, ovocná miska, mléko, čaj
Alergeny: 1,7,8

Středa: **Přesnídávka:** Bílý jogurt, ovocná miska, (☎) cereálie, mléko, čaj.
Alergeny: 1,7
Polévka: Hrachový krém se zeleným hráškem (☎) cornflakes
Alergeny: 1
Hl. Jídlo: Masové čivabčiči, šťouchané brambory s cibulkou, okurkový salát,, voda s pomerančí
Alergeny:
Svačina: Pyré z červené čočky (☎) bílý chléb, ovocná miska, mléko, čaj
Alergeny: 1,7,

Čtvrtek: **Přesnídávka:** Hessenská bageta, zeleninovo-ovocná miska, mléko, čaj.
Alergeny: 1,7
Polévka: Masový vývar se zeleninou (☎) s nudličkami
Alergeny: 1,9
Hl. Jídlo: Hovězí guláš (☎) rýže, zeleninová miska, voda s pomerančí
Alergeny:
Svačina: Zakysaná smetana, ovocný salát, (☎) veka, mléko, čaj
Alergeny: 1,7

Pátek: **Přesnídávka:** Mrkvová pomazánka, zeleninová miska, (☎) vícezrný croissant, mléko, čaj.
Alergeny: 1,7,11
Polévka: Česnečka (☎) chlebové krutony
Alergeny: 1
Hl. Jídlo: Čočka na kyselo, pickles, (☎) chléb, voda s pomerančí
Alergeny: 1
Svačina: Rozhuda, zelenina, (☎) celozrný rohlík, mléko, čaj.
Alergeny: 1,7,11

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.

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).

Jídlo je určeno k přímé spotřebě ve školském zařízení.

Jídelníček sestavily: Jaroslava Stachová, Kateřina Rašková.

Přejeme dobrou chuť.