

Jídelní lístek

30.6.2017

26.6. –

⊕ **Pondělí:** **Přesnídávka:** Sardinková pomazánka, zeleninová miska, dalamanek, mléko, čaj

Alergeny: 1,7,

⊕ **Polévka:** Hrachový krém, krutony

Alergeny:

Hl. Jídlo Kuskus se zeleninou, strouhaný sýr, kompot, voda s pomeranči

Alergeny: 1,7

Svačina: Domácí olejová buchta s ovocem, ovocná miska, mléko, čaj.

Alergeny: 1,3,7,

⊕ **Úterý:** **Přesnídávka:** Ovocný mléčný koktejl houska, mléko, čaj.

Alergeny: 1,7,

⊕ **Polévka:** Bramborovo-mrkvový krém cornflakes

Alergeny:

Hl. Jídlo Špagety s česnekem, oliv.olejem a rajčaty, strouhaný sýr, voda s

pomeranči

Alergeny:1,7

⊕ **Svačina:** Domácí lučina s bylinkami. zelenin. miska, vícezrný chléb, mléko, čaj.

Alergeny: 1,7

⊕ **Středa:** **Přesnídávka:** Jogurt, ovocná miska, musli, mléko, čaj.

Alergeny: 1,7

⊕ **Polévka:** Česnečka

⊕ **Hl. Jídlo:** Kuřecí játrová omáčka rýže, zelenové talíře, voda s pomeranči

Alergeny:

⊕ **Svačina:** Česneková pohankový chléb, mléko, čaj

Alergeny: 1,7,11

⊕ **Čtvrtek:** **Přesnídávka:** Domácí šlehaný tvarohový pribaňáček, Hessenská bageta, mléko, čaj

Alergeny: 1,7,

⊕ **Polévka:** Masový vývar s krupičkovou zavářkou

Alergeny: 9

⊕ **Hl. Jídlo:** Libocká čína rýže, kompot, voda s pomeranči

⊕ **Svačina:** Strouhané vajíčko, máslo, bílý chléb, zelenin. miska, mléko, čaj

Alergeny: 1,3,7

⊕ **Pátek:** **Přesnídávka:** Nutela z cizrny, ovoce vícezrný chléb, mléko, čaj

Alergeny: 1,7,11

Polévka: Zeleninový vývar s bulgurem

Alergeny: 1

Hl. Jídlo: Pečené file na paprice, brambory, okurkový salát, voda s pomer.

Alergeny: 4,7

⊕ **Svačina:** Mrkvová pomazánka, zeleninová miska, bagety, 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, Alergeny: 1,7,8

Pitný režim: Pítí je na výběr po celý den – ovocný čaj, 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, kukuričnou, či jinou bezlepkovou moukou).

Jídelníček sestavily: Jaroslava Stachová a Kateřina Rašková, přejeme dobrou chuť.

Označení pro bezlepkový chod.

Seznam Alergenů

1. Obiloviny obsahující lepek – pšenice, žito, ječmen, oves, špalda, kamut nebo jejich hybridní odrůdy a výrobky z nich.

2. Korýši a výrobky z nich

3. Vejce a výrobky z nich

4. Ryby a výrobky z nich

5. Podzemnice olejná (arašídy) a výrobky z nich

6. Sojové boby a výrobky z nich

7. Mléko a výrobky z nich

8. Skořápkové plody – Mandle, lískové ořechy, vlašské ořechy, kešu ořechy, pekanové

ořechy, kokos, para ořechy, pistácie, makadamie a výrobky z nich

9. Celer a výrobky z něj

10. Hořčice a výrobky z ní

11. Sezamová semena a výrobky z nich

12. Oxid siřičitý a siřičitany – v koncentracích vyšších 10 mg, ml/kg, l, vyjádřeno SO₂

13. Vlčí bob (lupina) a výrobky z něj

14. Měkkýši a výrobky z nich