

Jídelní lístek

19.2.-23.2.2018

- Pondělí:** **Přesnídávka:** Ovocná přesnídávka, ☎ dětské piškotky ovocná miska, mléko, čaj
Alergeny: 1,7,11
Polévka: Kapustový krém ☎ cornflakes
Alergeny:1,
Hl. Jídlo: Pečená zelenina na másle, ☎ brambory, zeleninová miska, voda s pomeranči
Alergeny:
Svačina: Pomazánka ala humr, ☎ vícezrnný pivní rohlík, zeleninová miska mléko, čaj
Alergeny: 1,7,9,11
Zimní zobání pro naše dětičky (oříšky, rozinky, semínka, brusinky, sušené ovoce)
- Úterý:** **Přesnídávka:** Česneková pomazánka, ☎ chléb, zeleninová miska, mléko, čaj.
Alergeny:1,
Polévka: Cibulačka
Alergeny:
Hl. Jídlo: Přírodní hovězí roštěnky na houbách, ☎ rýže, kompot, voda s pomeranči
Alergeny: 1
Svačina: Strouhané vajíčko, čerstvá zelenina, máslo, ☎ vícezrnný chléb, mléko, čaj.
Alergeny: 1,3,7,11
- Středa:** **Přesnídávka:** Bílý jogurt, ovocná miska, ☎ musli, mléko, čaj.
Alergeny: 1,7
Polévka: Rajská polévka ☎ s těstovinou
Alergeny: 1,9
Hl. Jídlo: Krůtí stehno pečené, červené zelí, ☎ houskový / karlovarský knedlík, voda s pomeranči
Alergeny: 1
Svačina: strouhaný sýr Gouda 48%, máslo, ☎ vícezrnný chléb, zeleninová miska, mléko, čaj.
Alergeny: 1,7
- Čtvrtek:** **Přesnídávka:** ☎ Hessenská bageta, zeleninovo-ovocná miska, mléko, čaj.
Alergeny: 1,7
Polévka: Krůtí vývar se zeleninou ☎ s kuskusem
Alergeny: 1,9
Hl. Jídlo: Vepřové na kmíně a rozmarýnu, ☎ pečená Tarhoňa, zeleninová miska, voda s pomeranči
Alergeny: 1,7
Svačina: Domácí paštika s brusinkami, pražená semínka, ☎ rohlík, zeleninová miska, mléko, čaj
Alergeny: 1,7,11
- Pátek:** **Přesnídávka:** Ředkvičková pomazánka, ovocná miska, ☎ veka, mléko, čaj
Alergeny: 1,7
Polévka: Hrstková polévka ☎
Alergeny: 1,9,
Hl. Jídlo: Zapečená Tilápie se sýrem a smetanou, ☎ brambory, zeleninová miska, voda s pomeranči
Alergeny: 1,4,7
Svačina: Pečená mrkev s tvarohem, zelenina, ☎ pohankový chléb, 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.*

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.