

# Jídelní lístek

12.11.-16.11.2018

## Pondělí:

**Přesnídávka:** Dětská přesnídávka, ☉ piškotky, ovocná miska, mléko, čaj

Alergeny: 1,7,

**Polévka:** Cibulačka

Alergeny:

**Hl. Jídlo:** Koprovka, strouhané vajíčko, brambory, zeleninový talíř, voda s pomeranči

Alergeny: 3,7

**Svačina:** pomazánka z pečené mrkve ☉ pohankový chléb, mléko, čaj.

Alergeny: 1,7,11

## Úterý:

**Přesnídávka:** Míchaná vajíčka ☉ zeleninová miska, pohankový chléb, mléko, čaj,

Alergeny: 1,3,7,11

**Polévka:** Hrstková polévka

Alergeny: 9

**Hl. Jídlo:** ☉ Boloňské špagety s mletým masem, míchaný zeleninový salát, voda s pomeranči

Alergeny: 1

**Svačina:** Domácí tvarohové žervé s bylinkami, ovocná miska, ☉ staročeská houska, mléko, čaj.

Alergeny: 1,7,

## Středa:

**Přesnídávka:** Bílý jogurt, ovocná miska, ☉ kakaové kuličky, mléko, čaj

Alergeny: 1,7,

**Polévka:** Porkový krém ☉ chlebové krutony

Alergeny: 1

**Hl. Jídlo:** Vepřová pečeně, ☉ bramborový knedlík, špenát, voda s pomeranči

Alergeny: 1

**Svačina:** Tuňáková pomazánka, ovocná miska, ☉ žitný chléb, mléko, čaj.

Alergeny: 1,7,

## Čtvrtek:

**Přesnídávka:** ☉ Celozrnný rohlík, zeleninovo – ovocná miska, mléko, čaj

Alergeny: 1,7,11

**Polévka:** Kedlubnová polévka

Alergeny:

**Hl. Jídlo:** Přírodní krůtí nudličky s hlívou ústřičnou, ☉ Tarhoňa, zeleninové talíře, voda s pomeranči

Alergeny: 1,7

**Svačina:** ☉ Jáhlová kaše s ovocem, veka, ovocná miska, mléko, čaj

Alergeny: 1,7

## Pátek:

**Přesnídávka:** Máslo, ředkvičky, konopná semínka, ☉ staročeská houska, mléko, čaj.

Alergeny: 1,7,

**Polévka:** Minestrone

Alergeny:

**Hl. Jídlo:** Čočka na kyselo, pickles z červené řepy, voda s pomeranči

Alergeny:

**Svačina:** Pomazánka z pečené ryby, ☉ bílý chléb, ovocná miska, mléko, čaj

Alergeny: 1,4,7,

### **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.*

### **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).*

*Jídlo je určeno k přímé spotřebě ve školkovém zařízení.*

*Jídelníček sestavily: Jaroslava Stachová, Kateřina Rašková.*

**Přejeme dobrou chuť!**