

# Jídelní lístek

21.5. - 25.5. 2018

- Pondělí:** **Přesnídávka:** Pomazánka z červené řepy celozrnný chléb, ovocná miska, mléko, čaj  
Alergeny: 1,7,11  
**Polévka:** Špenátový krém cornflakes  
Alergeny:1  
**Hl. Jídlo:** Quinea s uzeným tofu a dušenou zeleninou na másle, rajčatový salát s řapíkatým celerem, voda s pomeranči  
Alergeny:  
**Svačina:** Tvarohová rozhuda s pažitkou, ☉ vícezrnný pivní rohlík, zeleninová miska, mléko, čaj  
Alergeny: 1,7,11
- Úterý:** **Přesnídávka:** Ředkvičková pomazánka, ovocná miska, ☉ veka, mléko, čaj,  
Alergeny: 1,  
**Polévka:** Boršč  
Alergeny:  
**Hl. Jídlo:** ☉ Zapečené pšeničné těstoviny s mletým masem a zelím, mrkvový salát s ananase, voda s pomeranči  
Alergeny: 1,3  
**Svačina:** Domácí lučina s medvědí česnekem, zeleninová miska, rohlík, mléko, čaj.  
Alergeny: 1,7,
- Středa:** **Přesnídávka:** Bílý jogurt, ovocná miska, ☉ cereální kakaové kuličky, mléko, čaj  
Alergeny: 1,7,  
**Polévka:** Hrstková ☉  
Alergeny:  
**Hl. Jídlo:** Krůtí maso v dušené mrkvi, brambory ☉ ledový salát s mandarinkou, voda s pomeranči  
Alergeny: 1,  
**Svačina:** Pomazánka z bílých fazolí, pohankový chléb, zeleninová miska, mléko, čaj.  
Alergeny: 1,7,11
- Čtvrtek:** **Přesnídávka:** ☉ Hessenská bageta, ovocno - zeleninová miska, mléko, čaj  
Alergeny: 1,7  
**Polévka:** Masový vývar s kořenovou zeleninou ☉ s nudličkami  
Alergeny: 9  
**Hl. Jídlo:** Smetanová omáčka ala ptácci, ☉ rýže, zeleninová miska, voda s pomeranči  
Alergeny:1,3,7  
**Svačina:** ☉ Kaše pohanková, skořice, máslo, cukr, veka, ovocná miska, mléko, čaj  
Alergeny: 1,7,
- Pátek:** **Přesnídávka:** Okurková pomazánka ☉ rohlík, zeleninová miska, mléko, čaj  
Alergeny: 1,7  
**Polévka:** Krémová porková polévka ☉ pražená slunečnicová semínka  
Alergeny: 1  
**Hl. Jídlo:** Cizrna na paprice, ☉ pickles, rýže, voda s pomeranči  
Alergeny:1,7  
**Svačina:** Pomazánka tvarohová s medvědí česnekem ☉ pivní rohlík, ovocná miska, 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.*

### **Zobání pro naše dětičky**

*Roznáší se do tříd každé pondělí ráno.*

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

*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!**