

# Jídelní lístek \* 31.3.- 4.4.2025

## Pondělí \* 31.3.2025

**Přesnídávka:** Bílý jogurt, meruňkový džem, jablko, mléko, voda, šťáva (1,7)

**Polévka:** Krémová celerová polévka s krutony (1,9)

**Hl. Jídlo:** Zelenina na páře, brambory s cibulkou, kurkumový dip, voda, šťáva (7)

**Svačina:** Cottage s bylinkami, kváskové pečivo, okurka, mléko, voda, šťáva (1,7)

## Úterý \* 1.4.2025

**Přesnídávka:** Máslo, plátkový sýr, kváskové pečivo, hroznové víno, mléko, voda (1,7)

**Polévka:** Hrstková (9)

**Hl. Jídlo:** Krutí kostky na bílé cibuli, rýže s pohankou, okurkový salát, voda, šťáva

**Svačina:** Vajíčková pomazánka, kváskové pečivo, ananas, mléko, voda (1,4,7)

## Středa \* 2.4.2025

**Přesnídávka:** Cottage přírodní, kváskové pečivo, okurka, mléko, voda, šťáva (1,7)

**Polévka:** Rajská polévka s těstovinou (1,9)

**Hl. Jídlo:** Tortila s mletým masem, fazolemi a zeleninou, rucolový salát, voda, šťáva (1)

**Svačina:** Máslo, řeřicha, kváskové pečivo, paprika, mléko, voda, šťáva (1,7)

[Tento den je v režii nutriční poradkyně Evy Kalembové:](#)

## Čtvrtek \* 3.4.2025

**Přesnídávka:** Kváskové pečivo, jablka s okurkou, mléko, voda, šťáva (1,7)

**Polévka:** Drůbeží vývar s krupičkou a kořenovou zeleninou (1,9)

**Hl. Jídlo:** Sýrová omáčka s krutím masem, celozrnné těstoviny, zeleninový talíř, voda, šťáva (1,7)

**Svačina:** Koktejl banánovo-jahodový s chia a vločkami, piškoty, mléko, voda, šťáva (1,7)

## Pátek \* 4.4.2025

**Přesnídávka:** Pomazánka kedlubnová, kváskové pečivo, jablka, mléko, voda, šťáva

**Polévka:** Gulášová s hlívou ústřičnou (9)

**Hl. Jídlo:** Zapečená ryba s brokolicí, brambory, česnekový dip, voda, šťáva (4,7)

**Svačina:** Máslo, cherry rajče, kváskové pečivo, mléko, voda, šťáva (1,7)

### Alergeny:

**1.Lepek** - pšenice, žito, ječmen, oves, špalda, kamut nebo jejich odrůdy, **2.Korýši**, **3.Vejce**, **4.Ryby**, **5.Arašidy**, podzemnice olejná, **6.Sója**, **7.Mléko**, **8.Skořápkové plody**, mandle, lískové ořechy, vlašské ořechy, kešu ořechy, pekanové ořechy, para ořechy, pistácie, makadamie, **9.Celer**, **10.Hořčice**, **11.Sezam**, **Oxid siřičitý a siřičitany** E220, E221, E222, E223, E224, E226, E227, E228, **12, Vlčí bob**, lupina, **13.Měkkýši**

