

# Jídelní lístek

13.5.-17.5.2019

**Pondělí:** **Přesnídávka:** Pomazánka ala humr, ☉ pohankový chléb, ovocná miska, mléko, čaj  
Alergeny: 1,7,9

**Polévka:** Kedlubnová polévka

Alergeny:

**Hl. Jídlo:** květákový mozeček, brambory, ledový salát, voda s pomeranči

Alergeny:3,

**Svačina:** Máslo, pražená semínka, ☉ celozrnný chléb, zeleninová miska, mléko, čaj.

Alergeny: 1,7,11

**Úterý:** **Přesnídávka:** Tuňáková pomazánka, ☉ staročeská houska, zeleninová miska, mléko, čaj

Alergeny: 1,3,4,7,

**Polévka:** Zelnice s tempehem

Alergeny: 1

**Hl. Jídlo:** Kuřecí paličky na bylinkách, rýže, míchaný zeleninový salát s rukolou, voda s pomeranči

Alergeny:

**Svačina:** vajíčková pomazánka, ☉ vícezrnný rohlík, ovocná miska, mléko, čaj.

Alergeny: 1,3,7,11

**Středa:** **Přesnídávka:** jogurt, hroznové víno, med, mléko, čaj

Alergeny: 7

**Polévka:** Špenátová polévka s bezlepkovými sýrovými kuličkami

Alergeny:

**Hl. Jídlo:** ☉ Zapečené žitné těstoviny s hlávkovým zelím a mletým masem, hruškový kompot, voda s pomeranči

Alergeny: 1

**Svačina:** ☉ česneková pomazánka, celozrnný chléb, ovocná miska, mléko, čaj

Alergeny: 1,7,11

**Čtvrtek:** **Přesnídávka:** ☉ Hessenská bageta, zeleninovo-ovocná miska, mléko, čaj

Alergeny: 1,7

**Polévka:** Masový vývar se zeleninou ☉ s vaječným kapáním

Alergeny: 1,3,9

**Hl. Jídlo:** Segedýnský guláš s vepřovým masem, ☉ houskový knedlík, zeleninový talíř, voda s pomeranči

Alergeny: 1

**Svačina:** ☉ jahodový bio bezlepkový puding s jablečnou přesnídávkou, dětské piškotky, ovocná miska, mléko, čaj

Alergeny: 1,7,

**Pátek:** **Přesnídávka:** Budapeštská pomazánka, ☉ žitný chléb, ovocná miska, mléko, čaj

Alergeny: 1,7,11

**Polévka:** Gulášová polévka

Alergeny:

**Hl. Jídlo:** Pečená Tilápie se sýrem, grilovaná zelenina na másle, bylinkovo-jogurtový dip, voda s pomeranči

Alergeny:3,7

**Svačina:** polotučný tvaroh, lahůdkové droždí Country Life, ☉ dalamánek, zeleninová miska, 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.

Během týdne se do tříd posílají ovocno-zeleninové 100% mošty.

Ovoce a zelenina dle aktuální sezónní nabídky. Mošt lze na třídě zředit vodou.

### **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).

Používáme suroviny **Country Life** (dochucovadla, mouky, těstoviny, šťávy apod.)

Jídlo je určeno k přímé spotřebě ve školkovém zařízení.

Jídelníček sestavily: Jaroslava Stachová, Kateřina Rašková.

**Přejeme dobrou chuť.**