

Jídelní lístek – 23.9.-27.9.2019

Pondělí:

Přesnídávka: Zeleninová pomazánka, makový rohlík, ovocná miska, mléko, čaj

Alergeny: 1,7,

Polévka: Bramborovo-mrkvový krém s praženými dýňovými semínky

Alergeny: 11

Hl. Jídlo: Květákový mozeček, brambory, rajčatovo-okurkový salát, voda s pomeranči

Alergeny: 3

Svačina: Domácí lučina s Adzuki, kváskový chléb, zeleninová miska, mléko, čaj.

Alergeny: 1,7

Úterý:

Přesnídávka: Mrkvová pomazánka, slunečnicový chléb, ovocná miska, mléko, čaj

Alergeny: 1,7,11

Polévka: Krůtí vývar se zeleninou

Alergeny: 9

Hl. Jídlo: Vepřové výpečky, bramborový knedlík, špenát, voda s pomeranči

Alergeny:

Svačina: Pomazánka česneková, dýňový chléb, zeleninová miska, mléko, čaj.

Alergeny: 1,7,11

Středa:

Přesnídávka: Bílý jogurt, med, čerstvé ovoce, mléko, čaj,

Alergeny: 7

Polévka: Minestrone

Alergeny:

Hl. Jídlo: Masová sekaná s kroupami, bramborová kaše, červená řepa, voda s pomeranči

Alergeny: 7

Svačina: Rybičková pomazánka, houska, zeleninová miska, mléko, čaj

Alergeny: 1,4,7

Čtvrtek:

Přesnídávka: Vícezrnná bageta, zeleninovo-ovocná miska, mléko, čaj

Alergeny: 1,7,11

Polévka: Masový vývar s droždovými knedlíčky

Alergeny: 1,9

Hl. Jídlo: Křenová omáčka, krůtí maso, houskový knedlík, zeleninové talíře,

Alergeny: 1,7

Svačina: Domácí cuketová buchta, ovocná miska, mléko, čaj

Alergeny: 1,3,7

Pátek:

Přesnídávka: Pomazánka okurková, vločková žemle, zeleninová miska, mléko, čaj

Alergeny: 1,7,

Polévka: Hrachový krém ze zeleného púleného hrachu s čerstvým hráškem, cornflakes

Alergeny: 1

Hl. Jídlo: Rybí karbanátky, zeleninové hranolky, jogurtový dip, voda s pomeranči

Alergeny: 4,7,9

Svačina: Pomazánka z pečeného česneku, kváskový chléb, zeleninová 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.

Pitný režim:

Pítí 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 v místičkách, děti mohou kdykoliv zobat.
(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 apod.

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.)

**Skutečně
zdravá škola**
www.skutecnezdravaskola.cz



countrylife

KBJ
VELKOOBCHODY



Merhautovo pekařství

Jídlo je určeno k přímé spotřebě ve školkovém zařízení.”

*Jídelníček sestavily: Jaroslava Stachová, Kateřina Rašková. **Přejeme dobrou chuť!***

Seznam Alergenů

1. **Obiloviny obsahující lepek** – pšenice, žito, ječmen, oves, špalda, kamut nebo jejich hybridní odrůdy a výrobky z nich
2. **Korýši a výrobky z nich**
3. **Vejce a výrobky z nich**
4. **Ryby a výrobky z nich**
5. **Podzemnice olejná (arašídý) a výrobky z nich**
6. **Sojové boby a výrobky z nich**
7. **Mléko a výrobky z nich**
8. **Skořápkové plody** – Mandle, lískové ořechy, vlašské ořechy, kešu ořechy, pekanové ořechy, kokos, para ořechy, pistácie, makadamie a výrobky z nich
9. **Celer a výrobky z něj**
10. **Hořčice a výrobky z ní**
11. **Sezamová semena a výrobky z nich**
12. **Oxid siřičitý a siřičitany** – v koncentracích vyšších 10 mg, ml/kg, l, vyjádřeno SO₂
13. **Vičí bob (lupina) a výrobky z něj**
14. **Měkkýši a výrobky z nich**