

Jídelníček na Leden 2018

| | | |
|---------------|---|---|
| 1.1. pondělí | Hlavní jídlo | Státní svátek |
| 2.1. úterý | Hlavní jídlo | Prázdniny |
| 3.1. středa | Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina | Dětská výživa, piškoty, čaj/1, 7/ Krupicová s vejcem/1, 3, 7, 9/ Rizoto s vepřovým masem, zeleninou a sýrem/7/ Pomazánka švédská, chléb, dětské cappuccino/1, 4, 7/ |
| 4.1. čtvrtek | Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina | Pomazánka celerová , moskva, kakao/1, 7, 9/ Hrstková/1, 7, 9/ Mozaiková roláda, bramborová kaše, salát/1, 3, 7, 10/ Pomazánka lososová, mama-mia, čaj/1, 4, 7/ |
| 5.1. pátek | Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina | Pomazánka drožďová s vejci, slunečnicový chléb, ochucené mléko/1, 3, 7/ Bramborová s houbami/1, 7, 9/ Kuře na paprice, těstoviny, ovoce/1, 7/ Pomazánka fazolová, chléb, čaj/1, 7, 9/ |
| 8.1. pondělí | Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina | Jáhlová kaše s ovocem, čaj/1/ Vločková se zeleninou/1, 7, 9/ Špagety po italsku sypané sýrem/1, 7/ Pomazánka tuňáková, chléb, bílá káva/1, 4, 7/ |
| 9.1. úterý | Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina | Pomazánka chodská, rohlík, špaldový nápoj (lučina, jablko, sýr)/1, 7/ Cizrnová/1, 7, 9/ Smažený vepřový řízek, brambor, salát/1, 3, 7/ Pomazánka tvarohová s mrkví, chléb, čaj/1, 3, 7/ |
| 10.1. středa | Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina | Pomazánka z vepřového masa, slunečnicový chléb, kakao/1, 7, 9, 10/ Rumfurdská /1, 7, 9/ Domácí buchty s povidly, kakao, ovoce/1, 3, 7/ Šunková pěna, chléb, čaj/1, 7/ |
| 11.1. čtvrtek | Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina | Pomazánka čočková, otesánek, čaj/1, 7, 9/ Rajská s kapáním/1, 3, 7, 9/ Filé na zelenině, bram. kaše, salát/4, 7, 9/ Marmeláda, vánočka, ochucené mléko/1, 7/ |
| 12.1. pátek | Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina | Pomazánka z pečené ryby, chléb, dětské cappuccino/1, 4, 7, 9/ Hovězí vývar s fridátovými nudlemi/1, 3, 7, 9/ Vepřová pečeně, houbová omáčka, knedlík/1, 3, 7/ Pomazánka květáková, chléb, čaj/1, 7/ |
| 15.1. pondělí | Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina | Máslo, plátek sýra, raženka, ochucené mléko/1, 7/ Kulajda/1, 3, 7/ Mexický guláš, rýže/1, 7/ Námořnická bašta(sardinky, celer, kapie, máslo), chléb, čaj/1, 4, 9/ |
| 16.1. úterý | Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina | Cornflakes, mléko/1, 7/ Rýžová/1, 7, 9/ Kuřecí stehýnko po staropražsku, brambor, salát/1, 7, 10/ Pomazánka ze sójových bobů, mama-mia, čaj/1, 7, 9/ |
| 17.1. středa | Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina | Pomazánka z kuřecího masa, chléb, kakao/1, 7, 9, 10/ Boršč/1, 7, 9/ Farfalle s tvarohem, ovocný salát/1, 7/ Pomazánka brněnská(tav. sýr, šunka), slunečnicový chléb, čaj/1, 7/ |
| 18.1. čtvrtek | Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina | Pomazánka škvarková s vejcem, chléb, špaldový nápoj/1, 3, 7, 10/ Hrachová se smaženým hráškem/1, 3, 7, 9/ Sekaná pečeně zahradnická, bram. kaše, salát/1, 3, 7/ Pomazánka z pečeného lilku a makrely, chléb moskva, čaj/1, 4, 7/ |
| 19.1. pátek | Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina | Moučník, bílá káva/1, 3, 7/ Zeleninová s bulgurem/1, 7, 9/ Hamburská kýta, knedlík/1, 3, 7, 9, 10/ Bylinková lučina, chléb, čaj/1, 7/ |
| 22.1. pondělí | Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina | Ovesná kaše s jablky, čaj/1, 7/ Bramborová/1, 7, 9/ Čočka po švábsku, chléb, salát/1/ Budapešť, cereální raženka, mléko/1, 7/ |
| 23.1. úterý | Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina | Pomazánka vajíčková, slunečnicový chléb, bílá káva/1, 3, 7/ Z jarní zeleniny/1, 7, 9/ Pikantní filé, bramborová kaše, salát/1, 4, 7/ Pomazánka balkánská, chléb, čaj(fazole, raj. protlak)/1, 7/ |
| 24.1. středa | Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina | Aljašská rybí pomazánka, rohlík, čaj/1, 4, 7, 9/ Slepičí s nudlemi/1, 7, 9/ Krůtí směs s pórkem, cibulkou, paprikami(kurkuma), rýže, ovoce/1, 7/ Jemná cuketová pomazánka s lučinou, kakao, chléb/1, 7/ |

| | | |
|---------------|---|--|
| 25.1. čtvrtek | Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina | Nutella, loupáček, ochucené mléko/1, 7/ Kmínová s vejcem/1, 3, 7, 9/ Vepřová kotleta, císařská zelenina, brambor/1, 7, 9/ Falešný humr, chléb, čaj/1, 3, 7, 9, 10/ |
| 26.1. pátek | Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina | Sýrový rohlík, pomazánkové máslo, špaldový nápoj/1, 7/ Zeleninová s kuskusem/1, 7, 9/ Masové koule v rajské omáčce, těstoviny/1, 3, 7/ Pomazánka rybí s avokádem, chléb, čaj/1, 4, 7/ |
| 29.1. pondělí | Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina | Pomazánka z červené řepy, otesánek, ochucené mléko/1, 7/ Pohanková se zeleninou/1, 7, 9/ Vejce, koprová omáčka, brambor, ovoce/1, 3, 7/ Pomazánka pestrá, chléb, čaj/1, 3, 4, 7/(ryba, vejce) |
| 30.1. úterý | Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina | Šlehaný tvaroh, piškoty, čaj/1, 7/ Čočková/1, 7, 9/ Kotleta na švestkách, bramborová kaše, salát/7/ Pomazánka z uzeného sýra, chléb, kakao/1, 7/ |
| 31.1. středa | Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina | Pomazánka ředkvičková, chléb moskva, dětské cappuccino/1, 3, 7/ Cibulová s bramborem/1, 7, 9/ Vepřové alá bažant, rýže, salát/1, 9/ Pomazánka lahůdková rybí, čaj, chléb/1, 3, 4, 7, 9/ |

Jídelníček platí i pro bezlepkovou dietu s použitím bezlepkových surovin

SEZNAM ALERGENŮ

- 01 Obiloviny (vše obsahující lepek)
- 02 Koryši
- 03 Vejce
- 04 Ryby
- 05 Arašídy (Podzemnice olejná)
- 06 Sójové boby (sója)
- 07 Mléko
- 08 Ořechy, mandle, pistácie
- 09 Celer
- 10 Hořčice
- 11 Sezamové semínko
- 12 Oxid siřičitý
- 13 Vlčí bob
- 14 Měkkýši