**J Í D E L N Í Č E K**

Od 21. 9. do 25. 9. 2020

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **pondělí**  |  |  |
| **přesnídávka** | Královský chléb, pomazánka z pečené ryby, okurka, bílá káva | **1a,4, 7** |
| **polévka** | Polévka masová krémová  |  |
| **oběd** | Zeleninové lečo, brambory, vitamínový nápoj |  **3** |
| **svačina** | Ovocné pyré, jablko, čaj |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **úterý**  |  |  |
| **přesnídávka** | Celozrnná bageta, zeleninová pomazánka, paprika, mléko | **1a, 7** |
| **polévka** | Polévka zeleninová s dýňovými noky |  |
| **oběd** | Rajská omáčka, hovězí maso, kolínka, čaj | **1a** |
| **svačina** | Míchaný pudink s tvarohem, piškoty, jablko, čaj | **1a, 7** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **středa**  |  |  |
| **přesnídávka** | Sójový rohlík, luštěninová pomazánka, cherry rajče, bílá káva | **1a,7** |
| **polévka** | Polévka gulášová | **1a** |
| **oběd** | Kuskus s kuřecím masem a zeleninou, míchaný salátek, vitamínový nápoj | **1a, 3, 4**  |
| **svačina** | Ovocná miska s kysanou smetanou, čaj |  **7** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **čtvrtek**  |  |  |
| **přesnídávka** | Chleba, pomazánka tvarohová s pažitkou, okurka, mléko | **1a,7** |
| **polévka** | Polévka česnečka | **1a** |
| **oběd** | Krůtí játra na kmíně, rýže, minerálka | **1a** |
| **svačina** | Tvarohový šáteček, banány, kakao | **1a, 7** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **pátek**  |  |  |
| **přesnídávka** | Krupicová kaše, granko, skořice, hroznové víno, mléko | **1a,7** |
| **polévka** | Polévka pórková |  |
| **oběd** | Losos na bylinkách, brambory, zeleninová obloha | **4** |
| **svačina** | Smetánek, cereálie, ovoce, mléko | **1a, 7** |



**Alergeny**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. Obiloviny
 | 1/a pšenice | **8.** Ořechy |
| 1. Korýši
 | 1/b žito | **9.** Celer |
| 1. Vejce
 | 1/c ječmen | **10.**  Hořčice |
| 1. Ryby
 | 1/d oves | **11.**  Sezam |
| 1. Arašídy
 | 1/e špalda | **12.**  Siřičitany |
| 1. Soja
 | 1/f kamut | **13.**  Vlčí bob |
| 1. Mléko
 |  | **14.**  Měkkýši |