**J Í D E L N Í Č E K**

Od 26. 9. do 30.9. 2022

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **pondělí** |  |  |
| **přesnídávka** | Selský rohlík s lučinou, okurka, mléko | **1a, 7** |
| **polévka** | Zeleninová s kuskusem | **1a** |
| **oběd** | Špecle se špenátem a paprikou, mošt | **1a** |
| **svačina** | Čoko kuličky, mléko, banán | **1a,7** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **úterý** |  |  |
| **přesnídávka** | Celozrnná bageta, pomazánka z červené čočky, paprika, mléko | **1a,7** |
| **polévka** | Hrstková |  |
| **oběd** | Bramborová kaše, ryba v křupavém obalu, kompot, čaj | **7,4** |
| **svačina** | Tvarohový dezert s pudinkem, švestky, mléko | **7** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **středa** |  |  |
| **přesnídávka** |  |  |
| **polévka** | S T Á T N Í S V Á T E K |  |
| **oběd** |  |  |
| **svačina** |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **čtvrtek** |  |  |
| **přesnídávka** | Kukuřičná kaše s grankem a skořicí, jablko, mléko | **7** |
| **polévka** | Špenátová s vejci | **3** |
| **oběd** | Krůtí rizoto se zeleninou, sýrem, rajčatový salát, mošt | **7** |
| **svačina** | rohlík s máslem, kefírové mléko, banán | **1a,7** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **pátek** |  |  |
| **přesnídávka** | Chléb Moskva, pomazánka z tuňáka, ředkvičky, mléko | **1b,7** |
| **polévka** | Rajská s rýží |  |
| **oběd** | Brambory, pečená vepřová panenka, zeleninová obloha, čaj | **1a,7** |
| **svačina** | Jogurt, piškoty, ovoce, mléko | **1a,7** |



|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 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. Sója | 1/f kamut | **13.**  Vlčí bob |
| 1. Mléko |  | **14.**  Měkkýši |

**Alergeny**