

Jídelníček na Leden 2020

6.1. pondělí	Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina Nápoje	Chléb, máslo, strouhaný sýr, zelenina (1, 7) Fazolová (01, 09) 1:Nudle s mákem, ovocný salát (1, 3, 7) Chléb, tuňákový krém, ovoce (1, 4, 7) Čaj, ovocný neslazený, sladký, voda, mléko(07)
7.1. úterý	Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina Nápoje	Chléb, cizrnová pomazánka se zeleninou (1, 7) Dvojbarevná mrkvová (09) 1:Kuřecí čína s pórkem a hlávkovým zelím, pohanková rýže, ovoce Chléb, pomazánka z droždí a vaječ, zelenina (1, 3, 7) Čaj, ovocný neslazený, sladký, voda, mléko(07)
8.1. středa	Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina Nápoje	Ovocná přesnídávka, piškoty (1, 3) Zeleninová s kuskusem (01, 09) 1:Čočka na kyselo, vejce, okurek, chléb (1, 3, 12) Chléb, pomazánka z tvarohu a vařeného kuřecího masa, zelenina (1, 7) Čaj, ovocný neslazený, sladký, voda, mléko(07)
9.1. čtvrtek	Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina Nápoje	Vločkovo-rýžová kaše se sušeným ovocem (7) Drožďová s vločkami (01d, 09) 1:Čevabčiči s cibulí a hořčicí, bramborová kaše, ovoce (1, 3, 7, 10) Chléb, koprové máslo, ovoce (1, 7) Čaj, ovocný neslazený, sladký, voda, mléko(07)
10.1. pátek	Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina Nápoje	Lipánek, celozrnná banketka (1, 3, 7) Kvěťáková 1:Viedeňský gulášek, houskový knedlík (1, 3, 7) Chléb, pomazánka z avokáda a sýra, ovoce (1, 7) Čaj, ovocný neslazený, sladký, voda, mléko(07)
13.1. pondělí	Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina Nápoje	Chléb, pomazánka z tvarohu a brynzy, zelenina (1, 7) Zeleninová s tarhoňou (01, 03, 09) 1:Koprová omáčka, vejce, brambory (1, 3, 7) Chléb, krabí pomazánka se zeleninou (1, 4, 7) Čaj, ovocný neslazený, sladký, voda, mléko(07)
14.1. úterý	Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina Nápoje	Sypaný rohlíček (1, 3, 7) Čočková s noky (01, 03) 1:Losos na bylinkách, brambory, citrónová omáčka, ovoce (4, 7) Tmavý rohlík, pomazánka z taveného sýra, zelenina (1, 3, 7) Čaj, ovocný neslazený, sladký, voda, mléko(07)
15.1. středa	Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina Nápoje	Chléb, škvarková pomazánka s vejci a ředkvičkami (1, 3, 7, 10) Slepičí s jarní zeleninou (01, 03, 09) 1:Maďarský tokáň, těstoviny, ovoce (1, 3, 7) Chléb, tyrolská pomazánka, zelenina (1, 3, 7, 10) Čaj, ovocný neslazený, sladký, voda, mléko(07)
16.1. čtvrtek	Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina Nápoje	Ovocný jogurt, vločková placka (7) Rajská s rýží (01, 09) 1:Přes noc pečená kotleta, zelenina, kuskus, ovoce (7) Chléb, pomazánka z riccoty, celeru a česneku, zelenina (1, 7) Čaj, ovocný neslazený, sladký, voda, mléko(07)
17.1. pátek	Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina Nápoje	Chléb, pomazánka sýrová s mladou cibulkou (1, 7) Vylepšená česnečka (01, 03, 09) 1:Špenát, bramborový plněný knedlík, mléčný dezert (1, 3, 7) Rohlík, medové máslo, ovoce (1, 3, 7) Čaj, ovocný neslazený, sladký, voda, mléko(07)
20.1. pondělí	Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina Nápoje	Chléb, pomazánka sardinková, zelenina (1, 4, 7) Ruský boršč (01, 07, 09) 1:Krupicová kaše se skořicí, ovocný salát (1, 7) Chléb, pomazánka z kuřecího masa a paprik (1, 7) Čaj, ovocný neslazený, sladký, voda, mléko(07)
21.1. úterý	Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina Nápoje	Povidlový uzlík (1, 3, 7) Hrášková se zeleným hráškem (09) 1:Arabské kuřecí stehno (kuř. stehna, olej, cibule, rajčata, worchestrová omáčka, kečup), brambory šťoucha (7) Chléb, sýrová pěna, zelenina (1, 7) Čaj, ovocný neslazený, sladký, voda, mléko(07)
22.1. středa	Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina Nápoje	Chléb, rozhuda, zelenina (1, 7) Kmínová s vejci (03, 09) 1:Cikánská hovězí pečeně, těstoviny (1, 3, 7) Zrníčkový rohlík, budapeštská pomazánka, ovoce (1, 3, 7) Čaj, ovocný neslazený, sladký, voda, mléko(07)
23.1. čtvrtek	Přesnídávka	Kysaný nápoj, banketka (1, 3, 7)

	Polévka Hlavní jídlo Svačina Nápoje	Francouzská (01, 03, 09) 1: Dušená mrkev s hráškem, vepřové výpečky, brambory, ovoce (1) Chléb, pomazánka z droždí a taveného sýra, zelenina (1, 7) Čaj, ovocný neslazený, sladký, voda, mléko(07)
24.1. pátek	Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina Nápoje	Chléb, džemové máslo, ovoce (1, 7) Zeleninová s quinoa (07) 1: Vepřová kýta po námořnicku (vepř. kýta, šunka, kyselá okurka, mrkev, petržel, celer, citrón, hořčice, hl. m (1, 7, 9, 10) Chléb, pomazánka květáková se sýrem, zelenina (1, 7) Čaj, ovocný neslazený, sladký, voda, mléko(07)
27.1. pondělí	Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina Nápoje	Chléb, sýrová pomazánka z veselé krávy, zelenina (1, 7) Zapražená kmínka s bramborem (01, 07) 1: Tvarohové buchty, bílá káva (1, 3, 7) Chléb, pomazánka z rybiček v tomatě, ovoce (1, 4, 7) Čaj, ovocný neslazený, sladký, voda, mléko(07)
28.1. úterý	Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina Nápoje	Chléb, bylinkové máslo, zelenina (1, 7) Máslová brokolice polévka (01, 03, 07, 09) 1: Ryba po provensálsku, šťouchané brambory s máslem , zeleninový salát (4, 7) Kobliha, ovoce (1, 3, 7) Čaj, ovocný neslazený, sladký, voda, mléko(07)
29.1. středa	Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina Nápoje	Chléb, brynzová pomazánka, zelenina (1, 7) Polévka z kuřecích hřbetů s nudlemi a zeleninou (01, 03, 09) 1: Mexický guláš, hrášková rýže (1) Chléb, pomazánka z pečených lilků, ovoce (1, 7) Čaj, ovocný neslazený, sladký, voda, mléko(07)
30.1. čtvrtek	Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina Nápoje	Lipánek, plátek veku (1, 3, 7) Hrachovka s opečenou houskou (01, 09) 1: Žampionová omáčka, pečená kotleta, houskový knedlík, ovoce (1, 3, 7) Chléb, tvarohová pomazánka s vejci a pórkem, zelenina (1, 3, 7) Čaj, ovocný neslazený, sladký, voda, mléko(07)
31.1. pátek	Přesnídávka Polévka Hlavní jídlo Svačina	Chléb, ochucené pomazánkové máslo, zelenina (1, 7) Zeleninová zimní (09) 1: Krůtí soté s brokolicí, těstoviny, ovoce (1, 3, 7) Chléb, pomazánka z ředkviček a sýru lučiny (1, 7)

Děti základních škol mají pololetní prázdniny!

SEZNAM ALERGENŮ

- 01 Obiloviny (vše obsahující lepek)
- 02 Koryši
- 03 Vejce
- 04 Ryby
- 05 Arašidy (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