



JÍDELNÍČEK OD 19.1. – 23.1.

PONDĚLÍ:

Svačina: Strouhané jablko s ovesnými vločkami, ovocný talířek (A:1)
Polévka: Fazolová (A:1)
Oběd: Boloňská omáčka, špagety, sýr, kukuřičné trubičky, ovoce/zelenina (A:1,6,7)
Svačina: Pečivo s žervé, zeleninový talířek, bílá káva (A:1,7)

ÚTERÝ:

Svačina: Cereální lupínky a mléko, ovocný talířek (A:1,7)
Polévka: Rajčatová s těstovinou (A:1)
Oběd: Sekaná z rybího filé, brambory, ovoce/zelenina (A:1,3,4,7)
Svačina: Pečivo s mrkvovou pomazánkou, zeleninový talířek (A:1,7)

STŘEDA:

Svačina: Bílý jogurt s ovocem, ovocný talířek (A:7)
Polévka: Špenátová s vejcem (A:1,3)
Oběd: Smažený kuřecí řízek, bramborová kaše, ovoce/zelenina (A:1,3,7)
Svačina: Pečivo s rostl. máslem, plátkový sýr, zeleninový talířek (A:1,7)

ČTVRTEK:

Svačina: Vafle, ovocný talířek, banánový koktejl (A:1,3,7)
Polévka: Hrachová s krutony (A:1)
Oběd: Bulgur s krůtím masem a zeleninou, sýr, ovoce/zelenina (A:1,7)
Svačina: Pečivo s lučinou, zeleninový talířek (A:1,7)

PÁTEK:

Svačina: Rýžová kaše s lyofilizovaným ovocem, ovocný talířek (A:7)
Polévka: Kuřecí vývar s pšmenky (A:1,9)
Oběd: Tatarská kotleta (kečup, česnek, paprika, sýr), americké brambory, domácí tatarská omáčka, ovoce/zelenina (A:1,7)
Svačina: Pečivo s tuňákovou pomazánkou, zeleninový talířek (A:1,4,7)

PITNÝ REŽIM:

- Čistá nebo ochucená voda šťávou z čerstvého ovoce – z citronů, pomerančů...
- Nesladké ovocné a bylinné čaje.
- Čisté nebo ochucené mléko rozmixovaným ovocem /ovocný koktejl/ bez přídavku cukru.

