



JÍDELNÍČEK OD 17.8. – 21.8.

PONDĚLÍ:

Svačina: Cereální lupínky a mléko, ovocný talířek (A:1,7)

Polévka: Květáková (A:1,3,7,9)

Oběd: Zapečené flíčky, kyselá okurka (A:1,3,7)

Svačina: Pečivo s žervé, zeleninový talířek (A:1,7)

ÚTERÝ:

Svačina: Toust s rostl. máslem, plát. sýr, ovocný talířek, bílá káva (A:1,7)

Polévka: Kuřecí vývar (A:1,9)

Oběd: Ovocné knedlíky (meruňkové či jahodové), sypané tvarohem, cukrem (A:1,3,7)

Svačina: Pečivo s cizrn. pomaz. s mrkví a koriandrem (hummus), zeleninový talířek (A:1,11)

STŘEDA:

Svačina: Bílý jogurt s ovocem, ovocný talířek (A:7)

Polévka: Gulášová (A:1,3,7,9,10)

Oběd: Kuřecí směs se zeleninou, rýže (A:1,3,7)

Svačina: Pečivo s tuňákovou pomazánkou, zeleninový talířek (A:1,4,7)

ČTVRTEK:

Svačina: Tvarohový závin, ovocný talířek, banánový koktejl (A:1,3,7)

Polévka: Zeleninový vývar (A:1,9)

Oběd: Pečené vepřové maso, špenát, bramborový knedlík (A:1,3,7,10)

Svačina: Pečivo s paloučkem, zeleninový talířek (A:1,7)

PÁTEK:

Svačina: Přesnídávka a piškoty, ovocný talířek (A:1)

Polévka: Fazolová (A:1,3,7,9)

Oběd: Smažený květák s vařeným bramborem a tatarskou omáčkou, mrkvový salát (A:1,3,7)

Svačina: Pečivo s pom. máslem, zeleninový talířek, mléko (A:1,7)

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.

