Jídelní lístek 18.9 - 22.9. 2023



 Pondělí:

pitný režim: mátový čaj

přesnídávka: chléb slunečnicový, máslo, tvrdý sýr, zelenina, jahodové mléko /1,7/

oběd: polévka jarní /1,9/

masové kuličky v rajské omáčce, bulgur, voda se sirupem /1,3/

RECEPT NAJDETE V NAŠEM OKÝNKU

svačina: toustový chléb, cizrnová nutella, ovoce, čaj /1,7/

Úterý:

pitný režim: čaj mandarinka

přesnídávka: cereální croissant, zeleninový talířek, granko /1,7/

oběd: polévka drůbeží vývar s písmenky /1,9/

pečené kuře, dušená rýže, okurek, džus /1/

svačina: chléb lamánkový, pomazánka z krabích tyčinek, zelenina, ovoce, čaj /1,4,7/

Středa:

pitný režim: čaj pomeranč

přesnídávka: knuspi, pomazánkové máslo, zelenina, čaj s mlékem /1,7/

oběd: polévka z vaječné jíšky /1,3,9/

vepřová kýta na smetaně, houskový knedlík, citronová voda /1,7,9,10/

svačina: chléb, pomazánka z červené řepy, zelenina, čaj, ovoce /1,7/

Čtvrtek:

pitný režim: čaj horký citron

přesnídávka: cornflakes s mlékem, ovoce, čaj /1,7/

oběd: polévka květáková /1,3/

teplý těstovinový salát s tuňákem, obloha, jablkový nápoj /1,4/

svačina: chléb podmáslový, rozhuda pomazánka, zelenina, čaj /1,7/

Pátek:

pitný režim: čaj višeň s banánem

přesnídávka: krupice s ovesnými vločkami, skořicí a kakaem, čaj, ovoce /1,7/

oběd: polévka čočková /1/

mrkvové karbanátky se sýrem, bramborová kaše, minerálka /1,3,7/

svačina: graham, lučina, zelenina, čaj /1,7/

**Změna jídelního lístku a alergenů vyhrazena. Jídelníček pro diety je totožný s normálním jídelníčkem. Suroviny**

**obsahující vyloučené alergeny pro diety jsou nahrazovány povolenými surovinami.**

**Hornáčková Kamila**