

Jídelní lístek

na období od: 07.09.2020 do: 11.09.2020

07.09.2020 - pondělí:

Ranní svačina	chléb s tvarohem a cibulkou, č. zelenina, ovoce, mléko (1a 1c 6 7)
O b ě d - Polévka	zeleninová se strouháním (1a 3 9)
- Hlavní jídlo 1.	francouzské brambory s vepř. masem, kys. okurka (3)
Nápoj oběd	ov. sirup ()
Odpolední	chléb s tav. sýrem, č. zelenina, ovoce, p. voda (1a 1c 6 7)

08.09.2020 - úterý:

Ranní svačina	chléb s rybičkami v tomatě, č. zelenina, ovoce, kakao (1a 1c 6 7 4)
O b ě d - Polévka	z vaječné jíšky (1a 3 9)
- Hlavní jídlo 1.	hrachová kaše, smaž. cibulka, chléb (1a 1c 6)
Nápoj oběd	ov. čaj ()
Odpolední	panakota, piškoty, ovoce, p. voda (7 1a 3)

09.09.2020 - středa:

Ranní svačina	maroko s celerovou pom., č. zelenina, ovoce, mléko (1a 1c 9 7)
O b ě d - Polévka	hovězí nudlová (6 9 1a 3)
- Hlavní jídlo 1.	bulgureto s kuř. masem a zeleninou, č. řepa (1a 7)
Nápoj oběd	fgrutelka malina s citronem ()
Odpolední	zeleninový křehký chlebiček, tvrdý sýr, ovoce, mléko, p. voda (1a 1b 7)

10.09.2020 - čtvrtek:

Ranní svačina	chléb s vaj. pom., č. zelenina, ovoce, bílá káva (1a 1c 6 3 7 1b)
O b ě d - Polévka	z rybího filé (4 9)
- Hlavní jídlo 1.	kuřecí na česneku, houskový knedlík, č. zelí (1a 3 7)
Nápoj oběd	karkulka ()
Odpolední	chléb s pom. z č. řepy, č. zelenina, ovoce, p. voda (1a 1c 6 7)

11.09.2020 - pátek:

Ranní svačina	rýžová kaše malinová, ovoce, vícezrnný rohlík, mléko (7 1a 1b 1c 1d 6 11)
O b ě d - Polévka	pohanková (9)
- Hlavní jídlo 1.	hovězí na žampionech, vař. brambor (1a 7)
Nápoj oběd	ov. sirup ()
Odpolední	obložený chléb, ovoce, č.zelenina, p. voda (1a 1c 6 7)

ved. str. p.Prouzová, informace o hmotnostech porcí u ved. strav

Číslo v závorce za názvem pokrmu označují alegeny, které jídla obsahují:

1 OBILOVINY OBSAHUJÍCÍ LEPEK 1a) pšenice, 1b) žito, 1c) ječmen, 1d) oves, 1e) špalda, 1f) kamut nebo jejich odrůdy a výrobky z nich	3 VEJCE a výrobky z nich	4 RYBY a výrobky z nich
2 KORÝŠI a výrobky z nich	6 SOJOVÉ BOBY (SÓJA) a výrobky z nich	7 MLÉKO a výrobky z něj
5 PODZEMNICE OLEJNÁ (Arašidy) a výr. z nich	8c) vlašské, 8d) kešu, 8e) pekanové, 8f) para ořechy, 8g) pistácie, 8h) makadamie a výrobky z nich	11 SEZEMOVÁ SEMENA (SEZAM) a výr. z nich
8 SKOŘÁPKOVÉ PLODY 8a) mandle, 8b) lískové, 8c) vlašské, 8d) kešu, 8e) pekanové, 8f) para ořechy, 8g) pistácie, 8h) makadamie a výrobky z nich	10 HOŘČICE a výrobky z ní	14 MĚKKÝŠI a výrobky z nich
9 CELER a výrobky z něj	13 VLČÍ BOB (LUPINA) a výrobky z něj	
12 OXID SYŘIČITÝ A SIŘIČITANY kon.vyšší 10mg		