

Jídelní lístek

na období od: 14.09.2020 do: 18.09.2020

14.09.2020 - pondělí:

Ranní svačina	chéb se zeleninovým tvarohem, č. zelenina, ovoce, mléko (1a 1c 6 7)
O b ě d - Polévka	jáhlová se zeleninou (9)
- Hlavní jídlo 1.	holandský řízek, bramborová kaše, kys. okurka (1a 3 7)
Nápoj oběd	sirup hruška ()
Odpolední	chléb s bylinkovou pom., č. zelenina, ovoce, p. voda (1a 1c 6 7)

15.09.2020 - úterý:

Ranní svačina	maroko s máslovou pom. s křenem, č. zelenina, ovoce, bílá káva (1a 1c 7 1b)
O b ě d - Polévka	hovězí s hráškem a rýží (6 9)
- Hlavní jídlo 1.	sýrová om. s kuř. masem, špecle, rajče (1a 7 3)
Nápoj oběd	dračí nápoj ()
Odpolední	chléb s porkovou pom. č. zelenina, ovoce, p. voda (1a 1c 6 7)

16.09.2020 - středa:

Ranní svačina	houska s džemem, ovoce, mléko (1a 7)
O b ě d - Polévka	rybí krémová, op. chléb (1a 1c 6 7 4)
- Hlavní jídlo 1.	kuřecí čtvrtky na zelenině, duš. rýže, kompot (1a 7)
Nápoj oběd	hroznový sirup ()
Odpolední	chléb s vař. vejcem, č. zelenina, ovoce, p. voda (1a 1c 6 3 7)

17.09.2020 - čtvrtek:

Ranní svačina	chléb s paprikovou pom. s vejcem, č. zelenina, ovoce, mléko (1a 1c 6 7 3)
O b ě d - Polévka	slepičí vývar s nudlemi a zeleninou (1a 3 9 6)
- Hlavní jídlo 1.	těstoviny s tuňákem, strouh. sýr ()
Nápoj oběd	šípkový čaj ()
Odpolední	ov. přesnídávka, cereálie, ovoce, p. voda (1a 6 7)

18.09.2020 - pátek:

Ranní svačina	chléb s rybičkovou pom., č. zelenina, ovoce, caro (1a 1c 6 4 7 1b)
O b ě d - Polévka	zelninová s masovou rýží (1a 3 9)
- Hlavní jídlo 1.	vepřové kousky, vař. brambor, baby mrkvička (1a 7)
Nápoj oběd	ov. sirup ()
Odpolední	chléb s cibulovou pom., č. zelenina, ovoce, p.voda (1a 1c 6 7)

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

Čísla 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,	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		