

Jídelní lístek

na období od: 01.11.2021 do: 05.11.2021



01.11.2021 - pondělí:

Ranní svačina:	1a, 1b, 7,	chléb s lučinou, ochucené acido, jablko
Oběd - polévka:	1a, 9,	čočková
Hl.jídlo 1.:	1a, 3, 7, 12,	zapečené těstoviny s bramborem a masem, červená řepa
Nápoj ev. zákusek		ovocný nápoj
Odpolední svačina:	1a, 1b, 7,	chléb se sýrovou pomaz., bylinkový čaj, okurka

02.11.2021 - úterý:

Ranní svačina:	1a, 7,	ovocný salát, rohlík, mléko
Oběd - polévka:	1a, 3, 9,	zeleninový vývar s kapáním
Hl.jídlo 1.:	1a, 7,	kuřecí maso na houbách, jasmínová rýže
Nápoj ev. zákusek		džusík
Odpolední svačina:	1a, 1b, 7, 12,	chléb s tvarohovou pomaz., medový čaj, rajče

03.11.2021 - středa:

Ranní svačina:	1a, 1b, 1c, 6, 7, 11,	celozrnný rohlík, budapešťská pomaz., kakao, hroznové víno
Oběd - polévka:	1a, 9,	zeleninová s bulgurem
Hl.jídlo 1.:	1a, 7,	brokolice kuličky, jogurtový přeliv, brambory
Nápoj ev. zákusek		mrkvík
Odpolední svačina:	1a, 1b, 7,	chléb s máslem, řepný salát s jablky a mrkví, ovocný čaj

04.11.2021 - čtvrtek:

Ranní svačina:	1a, 7, 8, 12,	ovocná přesnídávka, piškoty, mléko, banán
Oběd - polévka:	1a,	fazolová
Hl.jídlo 1.:	1a, 3, 7, 12,	vepřová pečeně, bramborové špalíčky, špenát
Nápoj ev. zákusek		ovocínek
Odpolední svačina:	1a, 1b, 7,	chléb s pomaz. máslem, čaj s citronem, paprika

05.11.2021 - pátek:

Ranní svačina:	1a, 7,	zapečené toasty se šunkou, caro, okurka
Oběd - polévka:	1a, 3, 9,	hovězí s nudlemi
Hl.jídlo 1.:	1a, 3, 4, 7, 12,	lasagne s lososem
Nápoj ev. zákusek		ovocný čaj
Odpolední svačina:	1a, 3, 7, 12,	domácí moučník, meduňkový čaj, jablko

Pokrmu jsou určeny k okamžité spotřebě...

Čísla před 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 KORYŠI a výrobky z nich	6 SOJOVÉ BOBY (SÓJA) a výrobky z nich	7 MLÉKO a výrobky z něj
5 PODZEMNICE OLEJNÁ (Arašídy) 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	