

Jídelní lístek

na období od: 11.10.2021 do: 15.10.2021

11.10.2021 - pondělí:

Ranní svačina	chléb s lučinou, č. zelenina, ovoce, mléko (1a 1c 6 7)
O b ě d - Polévka	hovězí s rýží (6 9)
- Hlavní jídlo 1.	krupicová kaše syp. kakaem, cukrem a staročes. posyp., ov. kompot (1a 7)
Nápoj oběd	minerální voda s ov. sirupem ()
Odpolední	chléb s celerovou pom., č. zelenina, ovoce, p. voda (1a 1c 6 7 9)

12.10.2021 - úterý:

Ranní svačina	maroko s tav. sýrem, č.zelenina, ovoce, mléko (1a 1c 7)
O b ě d - Polévka	kulajda (3 7)
- Hlavní jídlo 1.	treska na gril. zelenině, duš. rýže (4 7)
Nápoj oběd	ov. sirup lesní směs ()
Odpolední	jogurt s pistácií, medová kolečka, ovoce, p. voda (7)

13.10.2021 - středa:

Ranní svačina	chléb s masovou pom., č. zelenina, ovoce, bílá káva (1a 1c 6 7 1b)
O b ě d - Polévka	fazolová (1a)
- Hlavní jídlo 1.	rajská om. hov. maso, kolínka (1a 7)
Nápoj oběd	carotelka mrkev s mandarinkou ()
Odpolední	sýrový motanec, tvrdý sýr, ovoce, č.zelenina, p. voda (1a 7)

14.10.2021 - čtvrtek:

Ranní svačina	chléb s zeleninovým pom. máslem, č. zelenina, ovoce, mléko (1a 1c 6 7)
O b ě d - Polévka	kmínová s vejcem (3 9)
- Hlavní jídlo 1.	holandský řízek, bramborová kaše, kys. okurka (1a 3 7)
Nápoj oběd	sirup kiwi s cit. ()
Odpolední	chléb s čočkovou pom., č.zelenina, ovoce, p. voda (1a 1c 6 7)

15.10.2021 - pátek:

Ranní svačina	mléčná rýže, cornflakes, ovoce, mléko (7)
O b ě d - Polévka	slepičí s nudlemi (1a 3 6 9)
- Hlavní jídlo 1.	pečené kuře, vař. brambor, č. řepa (1a 7)
Nápoj oběd	sirup citron s černým bezem ()
Odpolední	chléb s tvarohem, 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, 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		