

JÍDELNÍČEK od 1. 10. do 5. 10. 2018

Pondělí

snídaně	-----	
přesnídávka	rohlík, troj. sýr, ovoce, čaj, mléko	1, 7
oběd	polévka kroupová se zeleninou	1, 6, 9
	těstoviny se špenátem a mozzarelou, tzatziki, voda, džus	1, 3, 6, 7
svačina	chléb, sýrová pomazánka s celerem, zelenina, mléko, nápoj	1, 7, 9
večeře	ryba Mahi-Mahi na kmíně, brambory, ledový salát	4, 7

Úterý

snídaně	chléb, máslo, vařené vejce, zelenina, mléko, čaj	1, 3, 7,
přesnídávka	karamelovník, ovoce, čaj, mléko	1, 3, 6, 7,
oběd	polévka cizrno-mrkvový krém se zázvorem	1, 6, 7,
	hovězí kýta na žampionech, rýže, okurek, voda, džus,	1, 6,
svačina	veka, šlehaný tvaroh s jarní cibulkou, zelenina, mléko, sirup	1, 7,
večeře	sekaná pečeně s pohankou, brambory, mrkvový salát, čaj, voda	1, 3, 6, 7

Středa

snídaně	chléb, máslo, plátkový sýr, zelenina, mléko, čaj	1, 7,
přesnídávka	rohlík, pomazánkové máslo, banán, čaj, mléko	1, 7,
oběd	polévka květáková s bramborem	1, 6, 7
	bramborák plněný masovou směsí, zeleninová obloha, džus, voda,	1, 3, 6, 7,
svačina	makovka, ovoce, voda, mléko	1, 6, 7
večeře	vepřové maso na česneku, bulgur s kukuřicí, čaj, voda	1, 6,

Čtvrtek

snídaně	veka, medové máslo, kakao, čaj	1, 7,
přesnídávka	žitný chléb, pomazánka z nivy s kedlubnou, zelenina, čaj, mléko	1, 7,
oběd	polévka indická s červenou čočkou	9
	záhorácký závitok, bramborová kaše, čínské zelí s paprikou, džus, voda,	1, 6, 7, 12
svačina	jogurt, rohlík, ovoce, voda, mléko,	1, 7,
večeře	hodolanská omáčka, chléb, čaj, voda	1, 3, 7

Pátek

snídaně	grahamový rohlík, tvarohový sýr Lučina, zelenina, mléko, čaj	1, 7,
přesnídávka	rýžová kaše s meruňkami, mléko, ovoce, čaj,	7,
oběd	polévka drůbeží s těstovinou	1, 9
	segedínský guláš, zrníkový knedlík, ovoce, bezový sirup, voda	1, 3, 6, 7, 12

Dobrou chuť všem strážníkům přejí zaměstnanci kuchyně.

Změna jídelního lístku vyhrazena.

POZNÁMKA

Pokrmu jsou zahušťovány pšeničnou moukou, pokud ne, je to uvedeno přímo u pokrmu

Pečivo

chléb	obsahuje pšenici, žito
dalamánek	obsahuje pšenici, žito
rohlík	obsahuje pšenici, žito, ječmen
cereální raženka	obsahuje pšenici, ječmen, žito, oves, sóju, sezam
cereální rohlík	obsahuje pšenici, ječmen, žito, oves, sóju, sezam
grahamový rohlík	obsahuje pšenici, ječmen, žito
makovka	obsahuje pšenici
loupáček	obsahuje pšenici
drobenkový loupák	obsahuje pšenici, žito

Alergeny

- 1 obiloviny obsahující lepek a výrobky z nich
- 2 korýši a výrobky z nich
- 3 vejce a výrobky z nich
- 4 ryby a výrobky z nich
- 5 podzemnice olejná (arašídy) a výrobky z ní
- 6 sójové boby (sója) a výrobky z nich
- 7 mléko a výrobky z něj
- 8 skořápkové plody a výrobky z nich – jedná se o všechny druhy ořechů
- 9 celer a výrobky z něj
- 10 hořčice a výrobky z ní
- 11 sezamová semena (sezam) a výrobky z nich
- 12 oxid siřičitý a siřičitany v koncentracích vyšších než 10 mg/kg, ml/l
- 13 vlní bob (lupina) a výrobky z něj
- 14 měkkýši a výrobky z nich

Olomouc 26. 9. 2018

Sestavila: Jana Reitingerová, vedoucí stravování v. r.

Schválila: Mgr. Martina Michalíková, ředitelka školy v. r.