



# Jídelní lístek :o)

## 16. 1. 2023 – 20. 1. 2023

Pitný režim: Ovocný lesní ovoce, voda  
 Ovoce: Banány (1/1,1/2,1/3,1/4,1/5,4,6,7)  
 Svačinka: Rybičková pomazánka se žervé, sojová veka, rajčátko, caro káva



### NAROZENINOVÉ MENU NA PŘÁNÍ

Uljanky



## Pondělí



Oběd: Polévka špenátová se sýrem a krutonky (1/1,1/2,1/3,7)  
 Buchtičky s krémem (1/1,3,7)  
 Džus (1/1,1/2,7,10,12)  
 Svačinka: Pomazánka „domácí bulharka“, houska, žl.paprika, ovocný čaj

Pitný režim: Ovocný čaj švestkový, voda s mátou  
 Ovoce: Jablíčka (1/1,7)  
 Svačinka: Šlehaný tvaroh s ovocem a lotuskovým posypem, ovocný čaj

### NAROZENINOVÉ MENU NA PŘÁNÍ

Nelinky



## Úterý

Oběd: Polévka bramboračka (9,10,12)  
 Smažený kuřecí řízek, šťouchané brambory (1/1,3,7)  
 Okurkový salát (12)  
**pro oslavené malá dobrůtka**  
 Svačinka: Uzená parenička, cherry rajčátko, banketka (1/1,7)



Pitný režim: Ovocný čaj švestkový, voda s citrónem  
 Ovoce: Mandarinky (1/1,3,6,7,8,11)  
 Svačinka: Okurková pomazánka, omega 3 raženka, žl.paprika, granko

## Středa



Oběd: Polévka chaben (1/1,3,9,10,12)  
 Krůtí ragú, rýže (1/1,7,10,12)  
 Džus (1/1,1/2,4,7,10,12)  
 Svačinka: Lososová pomazánka, venkovský chléb, mrkvička, ovocný čaj



Pitný režim: Ovocný čaj malinový, voda s pomerančem  
 Ovoce: Jablíčka (1/1,1/2,1/4,6,7)  
 Svačinka: Pomazánka z pečené mrkve, himalájský chléb, sal.okurka, ov. mléko

## Čtvrtek



Oběd: Polévka ze žluté čočky (9,10,12)  
 Tuňákový steak, bramborová kaše (7,10,12)  
 Grilovaná zelenina (1/1,1/2,3,7,10,12)  
 Svačinka: Pomazánka maminčina masová, rohlík, žl.paprika, ovocný čaj



Pitný režim: Ovocný čaj jablíčko se šípkem, voda s mátou  
 Ovoce: Hrušky  
 Svačinka: Ovocná přesnídávka, piškotky, ovocný čaj (1/1,1/2,7)

## Pátek



Oběd: Polévka zeleninová s pohankou (9,10,12)  
 Rajská omáčka, masové koule, těstoviny (1/1,1/2,1/3,3,7,10,12)  
 Džus  
 Svačinka: Pomazánka sojová, veka, č.paprika, čaj s mlékem (1/1,1/2,1/3,6,7)



S láskou dětem uvaří: Darina Sedláková, Kateřina Staňková

Jídelníček sestavila: Andrea Kozáková

Změna jídelníčku vyhrazena.

V závorce za pokrmem jsou uvedeny alergeny, které pokrm obsahuje.

Vyskytující se alergeny: 1-obiloviny-1/1 pšenice,1/2 žito,1/3 ječmen,1/4 oves,1/5 špalda  
 3-vejce,4-ryby,6-sojové boby,7-mléko,9-celer,10-hořčice,11-sezam,12-oxid siričitý


symbol znamená zkoušíme





# Jídelní lístek :o)

## 9. 1. 2023 – 13. 1. 2023

Pitný režim: Ovocný čaj lesní jahoda, voda  
 Ovoce: Banány (1/1,1/2,4,7)  
 Svačinka: Makrelová pomazánka, venkovský chléb, žl.paprika, ovocné mléko   
 Oběd: Polévka smetanová česnečka se sýrem a krutony (1/1,1/2,1/3,7,10,12)  
 Chilli noc carne, rohlík (1/1,1/2,10,12)  
 Džus (1/1,1/2,7,10,12)  
 Svačinka: Pomazánka z pečeného krůtího masa, chia chléb, sal.okurka, ovocný čaj



### Pondělí



Pitný režim: Ovocný čaj citrón se zázvorem, voda s mátou  
 Ovoce: Pomeranče  
 Svačinka: Krupička s datlovým sirupem a ovocem, ovocný čaj (1/1,7)

### Úterý



Oběd: Polévka hovězí se zeleninou a těstovinami (1/1,9,10,12)   
 Rizoto s amarantem, krůtím masem a sýrem (1/1,7,10,12)   
 Červená řepa (12)  
 Svačinka: Pomazánka ředkvičková, dalať, žl. paprika, ov.čaj (1/1,1/2,3,7)


Pitný režim: Ovocný čaj švestkový, voda s citrónem  
 Ovoce: Jablíčka  
 Svačinka: Tuňáková pomazánka, grah. veka, rajčátko, caro káva (1/1,1/2,1/3,4,7)  
**NAROZENINOVÉ MENU NA PŘÁNÍ**

**Helenky**





### Středa



Oběd: Polévka zeleninová s kapáním (1/1,3,9,10,12)   
 Špagety s kuřecím masem a sýrem (1/1,7,10,12)  
 Džus  
**pro oslavence malá dobrůtka** (1/1,3,6,7)  
 Svačinka: Jablíčkové řezy polité čokoládou, mandarinka, ovocný čaj

Pitný režim: Ovocný čaj malinový, voda s pomerančem  
 Ovoce: Banány (1/1,3,6,7,8,11)  
 Svačinka: Pomazánka pikant, omega 3 raženka, sal.okurka, čaj s mlékem


### Čtvrtek

Oběd: Polévka hustá zeleninová (9.10.12)   
 Žemlovka s tvarohem a jablíčky (1/1,1/2,1/3,7)   
 Džus (1/1,1/2,7,10,12)  
 Svačinka: Pomazánka kuřecí s okurkou, rohlík, žl.paprika, ovocný čaj

Pitný režim: Ovocný čaj jablíčko se šípkem, voda s mátou  
 Ovoce: Hrušky (1/1,1/3,1/4,1/5,6,7)  
 Svačinka: Pomazánka fazolová, sojová veka, žl.paprika, kakao

### Pátek



Oběd: Polévka kmínová s vejci a zeleninou (3,9,10,12)   
 Hovězí kostky na hrášku, brambory (1/1,10,12)  
 Mrkvičkový salát (12)  
 Svačinka: Avokádová pomazánka, houska, cherry rajčátko, ov.čaj (1/1,1/2,7)

S láskou dětem uvaří: Darina Sedláková, Kateřina Staňková

Jídelníček sestavila: Andrea Kozáková

**Změna jídelníčku vyhrazena.**

**V závorce za pokrmem jsou uvedeny alergeny, které pokrm obsahuje.**

**Vyskytující se alergeny: 1-obiloviny-1/1 pšenice,1/2 žito,1/3 ječmen,1/4 oves,1/5 špalda  
 3-vejce,4-ryby,6-sojové boby,7-mléko,9-celer,10-hořčice,11-sezam,12-oxid siřičitý  
 symbol znamená zkoušíme**



VÍTÁME VŠECHNY V NOVÉM ROCE A TĚŠÍME SE, ŽE VÁM BUDE CHUTNAT  
ALESPŇ STEJNĚ JAKO LONI

Jídelní lístek :o)  
2. 1. 2023 – 6. 1. 2023



Pondělí



Pitný režim: Ovocný čaj lesní jahody, voda s citrónem  
Ovoce: Banány (1/1,1/4,6,7)  
Svačinka: Smetanový jogurt s datlovým sirupem a musli, ovoce, ovocný čaj

Úterý



Oběd: Polévka čočková (9,10,12)  
Rybí filé na másle, bramborová kaše (4,7,10,12)  
Zelný salát s mrkví (12) (1/1,1/2,1/4,6,7)  
Svačinka: Himalájský chléb s máslem a strouhaným sýrem, cherry rajčátka, ov.čaj



Pitný režim: Ovocný čaj zázvor s citrónem, voda s mátou  
Ovoce: Hrušky  
Svačinka: Pomazánka vajíčková, chléb, č.paprika, granko (1/1,1/2,3,6,7)

Středa



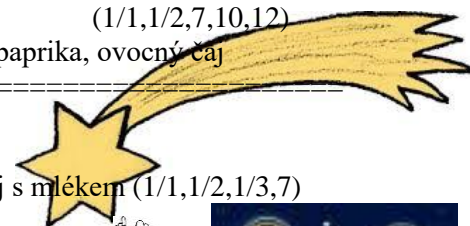
Oběd: Polévka hovězí s těstovinami a zeleninou (1/1,9,10,12)  
Kruťtí maso na rajčatech, rýže (1/1,12)  
Okurkový salát (12) (1/1,3,6,7,8,11)  
Svačinka: Pomazánka dýňová s lučinou, omega 3 raženka, sal.okurka, ov.čaj



Pitný režim: Ovocný čaj šípek s jablíčkem, voda s pomerančem  
Ovoce: Jablíčka (1/1,1/3,1/4,1/5,4,6,7)  
Svačinka: Rybičková pomazánka, sojová veka, sal.okurka, ovocné mléko

Čtvrtek

Oběd: Polévka zeleninová s kukuřicí (9,10,12)  
Zapečené těstoviny s kuřecím masem (1/1,3,7,10,12)  
Červená řepa (12) (1/1,1/2,7,10,12)  
Svačinka: Kuřecí pomazánka, venkovský chléb, č.paprika, ovocný čaj



Pitný režim: Ovocný čaj malinový, voda s mátou  
Ovoce: Mandarinky  
Svačinka: Pomazánka cizrnová, veka, rajčátko, čaj s mlékem (1/1,1/2,1/3,7)

Pátek



Oběd: Polévka brokolicová s krutonky (1/1,1/2,1/3,7)  
Pečené kuře, šťouchané brambory (1/1,10,12)  
Rajčátkový salát (12)



Svačinka: Medové máslo, houska, jablíčko, ovocný čaj (1/1,1/2,7)

S láskou dětem uvaří: Darina Sedláková, Kateřina Staňková

Jídelníček sestavila: Andrea Kozáková

Změna jídelníčku vyhrazena.

V závorce za pokrmem jsou uvedeny alergeny, které pokrm obsahuje.  
Vyskytující se alergeny: 1-obiloviny-1/1 pšenice,1/2 žito,1/3 ječmen,1/4 oves,1/5 špaldy  
3-vejce,4-ryby,6-sojové boby,7-mléko,9-celer,10-hořčice,11-sezam,12-oxid siřičitý  
symbol znamená zkoušíme poprvé

