

Jídelní lístek

na období od: 06.02.2023 do: 10.02.2023



06.02.2023 - pondělí:

- Ranní svačina **Sýrová pomazánka, bagetka, zelenina, kakao (1 7)**
 O b ě d - Polévka **Zelňačka (1)**
 - Hlavní jídlo 1. **Rybí filé po provensálsku, brambory, kompot (4 7)**
 Nápoj oběd **Zázvorový čaj ()**
 Odpolední svačina **Čokokuličky, ovoce, mléko (1 5 6 7 8)**

07.02.2023 - úterý:

- Ranní svačina **Ředkvičková pomazánka, chléb, ovoce, Caro (1 7)**
 O b ě d - Polévka **Kuřecí vývar s cizrnou (9)**
 - Hlavní jídlo 1. **Vepřové na houbách, rýže (1)**
 Nápoj oběd **Multivitaminový čaj ()**
 Odpolední svačina **Přesnídávka, piškoty, ovoce, čaj (1 3)**

08.02.2023 - středa:

- Ranní svačina **Vajíčková pomazánka, houska, ovoce, čaj (1 3 7)**
 O b ě d - Polévka **Bramboračka (1 9)**
 - Hlavní jídlo 1. **Čočka na kyselo, párek, okurka (1)**
 Nápoj oběd **Citronový čaj ()**
 Odpolední svačina **Placka s polevou, ovoce, kakao (1 3 7)**

09.02.2023 - čtvrtek:

- Ranní svačina **Zapečené tousty, zelenina, ochucené mléko (1 7)**
 O b ě d - Polévka **Italská (1 9)**
 - Hlavní jídlo 1. **Pečené kuře, šťouchané brambory, zeleninový salát (7)**
 Nápoj oběd **Jahodový čaj ()**
 Odpolední svačina **Špenátová pomazánka, rohlík, ovoce, čaj (1 7)**

10.02.2023 - pátek:

- Ranní svačina **Sardinková pomazánka, tmavý chléb, ovoce, bílá káva (1 4 7)**
 O b ě d - Polévka **Zeleninová s těstovinou (1 9)**
 - Hlavní jídlo 1. **Koprová omáčka, vejce, houskový knedlík (1 3 7)**
 Nápoj oběd **Šípkový čaj ()**
 Odpolední svačina **Bylinková pomazánka, kaiserka, ovoce, čaj (1 6 7 11)**

Pitný režim zajišťován po celý den. Pravidelně každé ráno ovoce.

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 | 8 SKOŘÁPKOVÉ PLODY 8a) mandle, 8b) lískové, 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 | 9 CELER a výrobky z něj | 10 HOŘČICE a výrobky z ní |
| 9 CELER a výrobky z něj | 12 OXID SYŘIČITÝ A SIŘIČITANY kon.vyšší 10mg | 13 VLČÍ BOB (LUPINA) a výrobky z něj |
| 12 OXID SYŘIČITÝ A SIŘIČITANY kon.vyšší 10mg | | 14 MĚKKÝŠI a výrobky z nich |