******Jídelní lístek :o)**

 **14. 10. 2024 – 18. 10. 2024**

Pitný režim: Ovocný čaj šípek s jablíčkem, voda

 Ovoce: Banány (1/1,1/2,1/3,7)

 Svačinka: Pomazánka šlehaná niva, chléb, žl.paprika, Caro káva

 **Pondělí** Oběd: Polévka bramboračka (9**)**

 Špagety s kuřecím masem a sýrem (1/1,7,9)

 Džus(1/1,1/3,1/4,1/5,6,7,9)

 Svačinka: Krůtí pomazánka, sojová veka, sal.okurka, ovocný čaj

 ==============================================================================

 Pitný režim: Ovocný čaj lesní jahoda, voda s citrónem

 Ovoce: Jablíčko (1/1,3,6,7,8,11)

 Svačinka: Pomazánka ředkvičková, omega 3 raženka, sal.okurka, granko

**Úterý** Oběd: Polévka dýňová s krutony (1/1,1/2,1/3,7 **)**

 Krůtí maso na cuketě, brambory (1/1,9)

 Červená řepa (12) Minerálka (1/1,3,6,7)

 Svačinka: Jablíčkový moučník s čoko polevou, mandarinka, ovocný čaj

 ==============================================================================

Pitný režim: Ovocný čaj lesní jahoda, voda s mátou

 Ovoce: Hrušky (1/1,1/2,7)

 Svačinka: Medové máslo, rohlík, jablíčko, karamelové mléko

**Středa** Oběd: Polévka himalájský mix (1/3,9**) – z máchaných luštěnin a kořen.zeleniny**

 Rybí karbanátky, bramborová kaše (1/1,1/2,3,4,7,9)

 Okurkový salát (12)

Voda s bylinným sirupem(1/1,1/2,7,9,10)

 Svačinka: Pomazánka hovězí, chléb cherry rajčátka, ovocný čaj

==============================================================================

 Pitný režim: Ovocný čaj malínový, voda s pomerančem

 Ovoce: Jablíčko (1/1,1/2,4,7)

 Svačinka: Pomazánka tuňáková, podmáslový chléb, žl.paprika, ovocné mléko

**Čtvrtek** Oběd: Polévka krůtí s rýží a zeleninou (1/1,7,9)

 Kysané zelí, vepř.výpečky, bramborový knedlík (1/1,3,7,10)

 Džus (1/1,1/2,3,7)

 Svačinka: Sladový žitný chléb s máslem a vajíčkem, č.paprika, ov.čaj se sirupem

 ==============================================================================

Pitný režim: Ovocný čaj jahodový, voda s mátou

 Ovoce: Blumy

 Svačinka: Pomazánka fazolová, veka, sal.okurka, kakao (1/1,1/2,1/3,7)

 **Pátek** Oběd: Polévka zeleninová s drožďovými knedlíčky (1/1,1/2,1/3,3,9)

Znojemská pečeně, rýže (1/1,10)

Mrkvičkový salát (12)

Minerálka

Svačinka: Sojový suk, jablíčko, ovocný čaj (6,7)

 ==============================================================================

 S láskou dětem uvaří: Darina Sedláková, Lenka Dychusová 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 poprvé**

** Jídelní lístek :o)**

 **7. 10. 2024 – 11. 10. 2024**

Pitný režim: Ovocný čaj lesní jahoda, voda

 Ovoce: Banány (1/1,1/2,4,7)

 Svačinka: Pomazánka sleďová, grah. veka, žl.paprika, ovocné mléko

 **NAROZENINOVÉ MENU NA PŘÁNÍ**

 **Markuska**

**Pondělí** Oběd: Polévka kuřecí s těstovinami (1/1,9**)**

 Sýrová pizza (1/1,3,7,9)

 Džus

 **pro oslavence malá dobrůtka** (1/1,1/2,7)

 Svačinka: Pažitkové pomazánkové máslo, venk.chléb, cherry rajč.,ov. čaj

 ==============================================================================

 Pitný režim: Ovocný čaj malinový, voda s citrónem

 Ovoce: Jablíčko (7)

 Svačinka: Polenta slazená datlovým sirupem, ovoce, čaj s mlékem

** Úterý** Oběd: Polévka hustá zeleninová (9)

Zapečené brambory s brokolicí (3,7,9)

 Červená řepa (12) Voda s bylinkovým sirupem(1/1,1/2,7,10)

 Svačinka: Pomazánka domácí „Bulharka“, rohlík žl.paprika,,ov.čaj

 ==============================================================================

Pitný režim: Ovocný čaj zázvor s citrónem, voda s mátou

Ovoce: Hrušky (1/1,1/2,1/3,3,6,7,8,11)

 Svačinka: Pomazánka dýňová se žervé, omega 3 raženka, s.okurka, caro káva

 **Středa** Oběd: Polévka česnečka se sýrem a op.chlebem (1/1,1/2,9**)**

 Buluga (černá čočka) s mrkví, chléb, okurek (1/1,1/2,10)

 Džus (1/1,1/2,7,9)

 Svačinka: Pomazánka kuřecí s okurkou, Petřk.chléb, č..paprika, ov.čaj se sirupem

==============================================================================

 Pitný režim: Ovocný čaj šípek s jablíčkem, voda s pomerančem

 Ovoce: Jablíčka (1/1,3,6,7)

 Svačinka: Pomazánka vajíčková, sladový žitný chléb, žl,.paprika, granko

 **NAROZENINOVÉ MENU NA PŘÁNÍ**

 **Emilky**

**Čtvrtek** Oběd: Polévka pikantní mrkvová (7**)**

 Smažený kuřecí řízek, brambory (1/1,1/2,3)

Okurkový salát (12)

 **pro oslavence malá dobrůtka** (1/1,1/2,1/3,6,7)

 Svačinka: Sojová pomazánka, veka, rajčátko, ovocný čaj ==============================================================================

Pitný režim: Ovocný čaj lesní ovoce, voda s mátou

 Ovoce: Blumy

 Svačinka: Pomazánka pikant, kovářský chléb, sal.okurka, kakao (1/1,1/2,6,7)

 **Pátek** Oběd: Polévka kmínová s vejci (3,9)

Hovězí po námořnicku, rýže (1/1,10)

Zelsý salát (12)

Džus

Svačinka: Sýrové nitě, banketka, cherry rajčátka, ovocný čaj (1/1,7)

 ==============================================================================

 S láskou dětem uvaří: Darina Sedláková, Lenka Dychusová 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 poprvé**

**** **Jídelní lístek :o)**

 **30. 9. 2024 – 4. 10. 2024**

Pitný režim: Ovocný čaj lesní ovoce, voda

 Ovoce: Banány (1/1,1/2,1/3,7)

 Svačinka: Pomazánka z pečené mrkve, grah. veka, žl.paprika, caro káva

 **Pondělí** Oběd: Polévka himalájský mix (9**) – z míchaných luštěnin a koř.zeleniny**

 Rybí filé zapečené se sýrem, bramborová kaše (1/1,1/2,3,7,9)

 Okurkový salát (12)Voda s bylinným sirupem (1/1,1/2,3,7,9)

 Svačinka: Pomazánka maminčina masová, houska,cherry rajčátko, ,ov. čaj

 ==============================================================================

 Pitný režim: Ovocný čaj malinový, voda s pomerančem

 Ovoce: Švestky (1/1,1/2,1/4,7)

 Svačinka: Pomazánka kedlubnová s mrkví, šp.žitný.chléb, sal.okurka, ov.mléko

 **NAROZENINOVÉ MENU NA PŘÁNÍ**

 **Tadeáška**

 **Úterý** Oběd: Polévka zeleninová s kukuřicí (1/1,9)

Falešný španělský ptáček, rýže (1/1,3,10)

 Zelný salát s mrkví (12)

 Minerálka

 **pro oslavence malá dobrůtka** (1/1,1/2,7)

 Svačinka: Česnekový chléb s máslem a strouhaným sýrem, kapie, ov.čaj

 ==============================================================================

Pitný režim: Ovocný čaj citrón se zázvorem, voda s mátou

 Ovoce: Jablíčka (1/1,1/2,4,7,10)

 Svačinka: Pomazánka švédská, karlovarský rohlík, žl.plaprika, horká čokoláda

 **Středa** Oběd: Polévka z fazolových lusků (1/1,10,12**)**

 Bulguroto s krůtím masem a sýrem (1/1,7,9)

 Červená řepa (12)

 Minerálka (1/1,1/2,7,9)

 Svačinka: Pomazánka vepřová“, venk.chléb, sal.okurka, ov. čaj se sirupem

==============================================================================

 Pitný režim: Ovocný čaj lesní jahoda, voda s citrónem

 Ovoce: Hrušky

 Svačinka: Smetanový jogurt slazený ovocným přelivem, ovoce, ovocný čaj (1/5,7)

**Čtvrtek** Oběd: Polévka zeleninová s kuskusem (1/1,9)

 Segedinský guláš, kynutý knedlík s chia semínky (1/1,3,7,9)

 Džus (1/1,1/2,1/3,1/8,4,7)

 Svačinka: Pomazánka z rybího filé, kovářský chléb, žl.paprika, ovocný čaj ==============================================================================

Pitný režim: Ovocný čaj šípek s jablíčkem, voda s mátou

 Ovoce: Jablíčko

 Svačinka: Pomazánka sojová, chia rohlík, rajčátko., granko (1/1,6,7,11)

 **Pátek** Oběd: Polévka chaben (1/1,3,9)

Kuře na paprice, těstoviny (1/1,7,9)

 Džus

Svačinka: Cereální sušenka-Fitneska, švestka, ovocný čaj (1/1,1/4,1/5,6)

 ==============================================================================

 S láskou dětem uvaří: Darina Sedláková, Lenka Dychusová 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 poprvé**