

# co bude dnes dobrého?



## PONDĚLÍ

(AL: 01,03,07,09)

**přesnídávka**

chléb s cizrnou, zel.obloha, bílá káva, ovoce

**oběd**

polévka zeleninová s bulgurem, špenátové penne s kuřecím masem, ovocný džus

**svačina**

chléb s máslem, vařené vejce, zel.obloha, mléko

## ÚTERÝ

(AL: 01,03,07,09)

**přesnídávka**

vločková kaše s kakaem, Caro, ovoce

**oběd**

polévka pórková, hovězí v zelenině, brambory, ovocný džus

**svačina**

chléb s Ramou, zel.obloha, mléko

## STŘEDA (bruslení)

(AL: 01,03,06,07,08,09)

**přesnídávka**

chléb s pomazánkou z taveného sýra, zeleninový mix, kakao

**oběd**

polévka slepičí se zavářkou, hamburská pečeně na smetaně, houskový knedlík, ovocný džus

**svačina**

cereální kuličky, mléko

## ČTVRTEK

(AL: 01,04,07)

**přesnídávka**

lámankový chléb s myšákovou pomazánkou, zel.obloha, mléko, ovoce

**oběd**

polévka zelňačka, rybí filé s kysanou smetanou, brambory, kompot, ovocný džus

**svačina**

chléb s Florou, ředkvičky, čaj se sirupem

## PÁTEK

(AL: 01,04,07,09)

**přesnídávka**

toustový chléb s pomazánkou z lososa, zel.obloha, lemon tee, ovoce

**oběd**

polévka ragů s rýží, čočka na kyselo se smaženou cibulkou, kyselá okurka, ovocný džus

**svačina**

chléb s máslem, plátkový sýr, zel.obloha, mléko

**Změna jídelníčku vyhrazena!**, nabídka ovoce/zeleniny. Připravené pokrmy jsou určeny k přímé spotřebě.

**Pitný režim zajištěn po celý den** (čirá nebo citrónová voda, ovocný sirup, neslazený čaj, ředěný džus apod.).

01-obiloviny obsahující lepek  
08-ořechy, mandle, pistácie

02-korýši  
09-celer

03-vejce  
10-hořčice

04-ryby  
11-sezam

05-arašidy  
12-oxid siřičitý a siřičitany

06-sojové boby, soja  
13-vlčí bob

07-mléko  
14-měkkýši

## DOBROU CHUŤ PŘEJÍ

**Bolková Pavla**  
kuchařka



**Dubnová Lenka**  
vedoucí školní jídelny