

**OD 26.11. - 30.11.2018****Alergeny**

**PONDĚLÍ** *Přesnídávka* : chleba, pom sýrová s tofu a chia semínky, rajče, brusinkový čaj 1a,b,7

*Oběd* : polévka brokolicevá s bramborem 9  
Vepřový plátek na žampionech, šťouchané brambory, 1a,9  
zelný salát s koprem, ovocný nápoj, voda 7,10

*Svačina MŠ* : houska s máslem, mléčný koktejl, jablko, pomeranč 1a,7

*Svačina ZŠ* : jogurtovo ovocné smoothie, banketka, ovocný čaj 7,1a

**ÚTERÝ** *Přesnídávka* : slunečnicový chleba, pom. kapiová s lučinou, bílá káva 1a,b,7

*Oběd* : polévka krupicová s vejcem 1a,3,  
Kuřecí nudličky po čínsku, jasmínová rýže, 9  
voda s citrusy, pomeranč

*Svačina MŠ* : ovocná přesnídávka, BIO kaštanový pl., ovocný čaj s meduňkou

*Svačina ZŠ* : teplý toust se sýrem, okurka, rajče, bílá káva 1a,7

**STŘEDA** *Přesnídávka* : cereál. pečivo, rozhuda s červenou čočkou, zel. cibulka, kakao 1a,7

*Oběd* : polévka z kysaného zelí 7,9  
Hovězí guláš s fazolemi, bílé pečivo, žitný chléb, 9,1a,b  
mošt meruňka – jablko

*Svačina MŠ* : vecka s máslem, sýrový závin, kapie, mléko

*Svačina ZŠ* : kakaové cereálie, bílý jogurt – mléko, banán 1a,7

**ČTVRTEK** *Přesnídávka* : chleba s máslem, vařené vejce, rajče, bílá káva 1a,b,7,3

*Oběd* : polévka dýňová se zázvorem 9,7  
Holandský řízek z krůtího masa, bramborová kaše, 1a,3,7  
mrkvový salát s jablky, ovocný nápoj

*Svačina MŠ* : muffinek s jablky, horká čokoláda, kiwi 1a,3,7

*Svačina ZŠ* : chleba s vaječnou smaženkou, pórek, čaj zimní punč 1a,b,3

**PÁTEK** *Přesnídávka* : žitný chleba, pom. z kuřecího masa, zelenina, lipový čaj s medem 1a,b,4,7

*Oběd* : polévka drožd'ová s bramborem 9  
Špagety se sójovým masem na rajčatech, 1a,6,9  
minerálka, jablko

*Svačina MŠ* : šlehaný tvaroh s jahodami a piškoty, ovocný nápoj 1a,3,7

*Svačina ZŠ* : ovocná přesnídávka, pečivo, ovocný nápoj 1a

Všechna jídla jsou určena k okamžité spotřebě !!!

*V rámci pitného režimu mají děti vždy k dispozici nesladkou a nemléčnou variantu nápoje a vodu ochucenou pouze ovocem.*

Sestavila: Tvardková Marta