

OD 14.1. - 18.1.2019

ALERGENY

- PONDĚLÍ** *Přesnídávka* : pohanková kaše s kakaem, šípkový čaj, jablko 1e,1a,3
Oběd : Beskydská luštěninová 9,1a
Hovězí kostky dušené, hráškové pyré, 1a,7
pečené brambory, 100% džus
Svačina MŠ : sluneč. chleba, tavený sýr, čerstvá zelenina, mléko 1a,7
Svačina ZŠ : vločková kaše s jablky a skořicí, zelený čaj 7,1d
- ÚTERÝ** *Přesnídávka* : rohlík s droždíovou pom., pórek, kapie, bílá káva 1a,3,7
Oběd : polévka zeleninová s kuskusem 9,1a
Vepřová pečeně, kysané zelí, 1a
bramborový knedlík, ovocný čaj, banán
Svačina MŠ : bílý jogurt s medem a chia sem., křupavý plátek, 100% džus 7
Svačina ZŠ : chlebičky se sýrovou pom., mléko 1a,7,3
- STŘEDA** *Přesnídávka* : tvarohový šáteček, kakao, mandarinka 1a,3,7
Oběd : polévka krupicová s vejci 1a,3,9
Zadělávaná cizrna se zeleninou, chléb, 9,1a,b
okurka, voda s citronem, mléko
Svačina MŠ : farmářská vecka, pom. z peč. lososa, zel.cibulka, zelený čaj 1a,7,4
Svačina ZŠ : selský rohlík, šunková pomazánka, rajče, bílá káva 1a,b,c,d,6,11,7
- ČTVRTEK** *Přesnídávka* : podmás. chleba se špenátovou pom., kapie, brusinkový čaj 1a,b,3,7
Oběd : polévka gulášová se sójovým masem 9,6
Kuřecí plátek na houbách, dušená rýže s bulgurem, 9,1a
okurkový salát, ovocný nápoj, jablko
Svačina MŠ : houska s máslem a strouh. sýrem, ředkvička, mléko 1a,7
Svačina ZŠ : jogurtový pohár, pečivo, šípkový čaj se sirupem 7,1a
- PÁTEK** *Přesnídávka* : chleba, pom. z uzeného tofu, minirajče, capuccino dětské 1a,b,7
Oběd : polévka brokolicový krém 7
Krutí bochánek se sýrem, bramborová kaše, 7,1a,9
mrkvový salát s jablky a celerem, voda s citrusy
Svačina MŠ : domácí přibináček, fit banketka, kiwi, ovocný čaj 7,1a
Svačina ZŠ : houska, pom. z uzeného tofu, pórek, kapie, kakao 1a,7

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