

# Jídelní lístek

na období od: 07.10.2024 do: 11.10.2024



## 07.10.2024 - pondělí:

Přesnídávka	<b>Rohlík sypaný sýrem, hrušky, ochucené mléko, voda (1a 7)</b>
Oběd - polévka	<b>Zeleninová s kuskusem (1a)</b>
Hl.jídlo 1.:	<b>Koprová om., brambory, vejce (1a 3 7)</b>
Nápoj ev. zákusek	<b>Šípkový čaj, voda ()</b>
Odpolední svačina	<b>Rohlík, gervais, mrkev, malinový nápoj, voda (1a 7)</b>

## 08.10.2024 - úterý:

Přesnídávka	<b>Aktivia bílá, borůvky, granola, čaj Dobré ráno, voda (1a 1d 7)</b>
Oběd - polévka	<b>Minestrone (1a 3)</b>
Hl.jídlo 1.:	<b>Krúť v americké marinádě, rýže ()</b>
Nápoj ev. zákusek	<b>Mošt: jablko-hruška, voda ()</b>
Odpolední svačina	<b>Chléb, pom. hrášková, okurek, rozpustný čaj, voda (1a 1b 7)</b>

## 09.10.2024 - středa:

Přesnídávka	<b>Houska, pom. z olejovek, paprika, řepík, voda (1a 4 7)</b>
Oběd - polévka	<b>Dýňová polévka (7)</b>
Hl.jídlo 1.:	<b>Fazole v tomatové omáčce, chléb (1a 1b 1c)</b>
Nápoj ev. zákusek	<b>Mátový čaj, voda ()</b>
Odpolední svačina	<b>Banketka, paštika z tofu, kedlubny, broskvový nápoj, voda (1a 6)</b>

## 10.10.2024 - čtvrtek:

Přesnídávka	<b>Smoothie z banánu, jogurtu, rohlík, avokád. pom., voda (1a 7)</b>
Oběd - polévka	<b>Zeleninová s quinoa ()</b>
Hl.jídlo 1.:	<b>Kuře na paprice, těstoviny (1a 3 7)</b>
Nápoj ev. zákusek	<b>Juice TROPICO ()</b>
Odpolední svačina	<b>Toustový chléb, rama, mrkvová pom., led. salát, švest. nápoj, voda (1a 1c 7)</b>

## 11.10.2024 - pátek:

Přesnídávka	<b>Míchaná vejce, podmáslový chléb, hroznové víno, čaj námořník, voda (1a 1b 3 7)</b>
Oběd - polévka	<b>Rajčatová s rýží (1a)</b>
Hl.jídlo 1.:	<b>Sumeček po aijsku, brambory (4 7)</b>
Nápoj ev. zákusek	<b>Citrónový nápoj s mátou, voda ()</b>
Odpolední svačina	<b>Tvarohový závin, jablko, ovocný nápoj, voda (1a 3 7)</b>

Čísla v závorce za názvem pokrmu označují alergeny, 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 HOŘČICE a výrobky z ní	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	13 VLČÍ BOB (LUPINA) a výrobky z něj	14 MÉKKÝŠI a výrobky z nich
9 CELER a výrobky z něj		
12 OXID SYŘIČITÝ A SIŘIČITANY kon.vyšší 10mg		