

J í d e l n í č e k



VAŘÍ: Jitka Nováková, Míla Charousková, Ilonka Havlíková, Radka Doubravová

strava je určena k okamžité spotřebě

Týden od 18. 9. do 22. 9. 2023

PŘESNÍDÁVKA

OBĚD

SVAČINKA

obsahuje alergen

obsahuje alergen

obsahuje alergen

Pondělí	Pěna z pečené paštiky chléb,jablko melta	1a,7 7	Čočková polévka Nudle s mákem grankem nebo skořicí pomerančový čaj	1a,3 7	Houska s máslem obložená debrecínkou,paprika voda s citronem	1a,7
Úterý	Rybičková pomazánka chléb,okurka ranní čaj s mátou	1a,4 7,10	Jihočeský oukrop Kuřecí kostky s vařeným bramborem,dušená zeleninka na másle višňový čaj	3,9 7	Tavený sýr s česnekem lámankový chléb hroznové víno jablečný čaj se skořicí	1a,7
Středa	Dýňové patifu ratio bageta mrkvové chipsy kakao	1a,7 7	Vývar s vaječnými obláčky Hovězí maso na česneku jasmínová rýže pigi čaj s citronem	1a,3 9 1a	Chlupatý chléb paprika multivitamínový nápoj	1a,7
Čtvrtek	Šlehaný tvaroh s bylinkami veka,nektarinky mléko	1a,7 7	Zeleninová polévka s bulgurem Fazolový guláš chléb šípkový čaj	1a,9 1a	Ovocné jablečné pyré s jahodami,piškoty nápoj aloe vera	1a
Pátek	Drožd'ová směs chléb,cherry rajčátka caro	1a,7 7	Falešná dršť'ková polévka Těstoviny s mletým masem a zeleninou čaj s lesním ovocem	1a 1a,3	Chléb s máslem jablko voda s citronem	1a,7

Rychlý jablečný koláč

využijme sezónnost surovin

Suroviny: 1/2kg polohrubé mouky, 250g cukru, 1 sklenička oleje, 2 kávové lžičky sody, 2 kávové lžičky skořice, 3 lžíce kakaa, 2 vejčeka, 700g nastrouhaných jablek.

Jablka oloupeme a nahrubo nastrouháme. V míse smícháme všechny suroviny a přidáme jablka. Vlijeme na vymazaný a moukou vysypaný plech. Pečeme při teplotě 180°C asi 30 minut. Po upečení polijeme rozpuštěnou čokoládou. Před podáváním můžeme ještě přizdobit šlehačkou.



Seznam potravinových alergenů, které podléhají legislativnímu označování dle směrnice 1169/11 EU

- 1 - obiloviny obsahující lepek a výrobky z nich 1a - pšenice, 1b - žito, 1c - ječmen, 1d - oves, 1e špalda, 1e- kamut
- 2 - korýši a výrobky z nich
- 3 - vejce a výrobky z nich
- 4 - ryby a výrobky z nich
- 5 - podzemnice olejná (arašidy) a výrobky z nich - patří mezi potraviny ohrožující život
- 6 - sójové boby (sója) a výrobky z nich
- 7 - mléko a výrobky z něj - patří mezi potraviny ohrožující život
- 8 - skořápkové plody a výrobky z nich - jedná se o všechny druhy ořechů
8a mandle, 8b lískové ořechy, 8c vlašské ořechy, 8d kešu ořechy, 8e pekanové ořechy, 8f para ořechy, 8g pistácie
8h makadamie
- 9 - celer a výrobky z něj
- 10 - hořčice a výrobky z ní
- 11 - sezamová semena (sezam) a výrobky z nich
- 12 - oxid siřičitý a siřičitany v koncentrátech vyšších než 100mg, ml/kg, l, vyjádřeno SO₂
- 13 - vlnčák (lupina) a výrobky z něj
- 14 - měkkýši a výrobky z nich

