

# Jídelníček



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

strava je určena k okamžité spotřebě

Týden od 25. 9. do 29. 9. 2023

PŘESNÍDÁVKA

OBĚD

SVAČINKA

obsahuje alergen

obsahuje alergen

obsahuje alergen

|                |                                                                |                    |                                                                                                                      |                        |                                                                                    |           |
|----------------|----------------------------------------------------------------|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Pondělí</b> | Šlehaný tvaroh s mrkví<br>a pórkem, chléb, jablko<br><br>mléko | 1a,7<br><br>7      | Polévka ze žlutého hrášku s kari<br>a batáty<br>Rybí nugetky<br>bramborová kaše<br>salátová okurka<br>malinová šťáva | 9<br><br>1a,3<br>4,7   | Luštěninová pomazánka<br>racionální bageta, paprika<br><br>jablečný čaj se skořicí | 1a,7      |
| <b>Úterý</b>   | Vajíčková míchanice<br>žitný chléb, hruška<br><br>hot drink    | 1a,3<br>7<br><br>7 | Zeleninový vývar s kapáním<br><br>Rajská omáčka<br>masové kuličky, kolínka<br><br>pigi čaj s citronem                | 1a,3<br>9<br>1a,3<br>7 | Budapešťská pěna<br>chléb, cherry rajčátka<br><br>mátový čaj s medem               | 1a,7      |
| <b>Středa</b>  | Masové pyré<br>chléb, mrkev<br><br>melta                       | 1a,7<br><br>7      | Špenátová polévka s lupínky<br><br>Hrachová kaše<br>vařené vajíčko, sterilovaná okurka<br><br>šípkový čaj            | 1a,3<br><br>3          | Hermelínová pomazánka<br>s jablky, veka, broskve<br><br>multivitamínový nápoj      | 1a,7      |
| <b>Čtvrtek</b> |                                                                |                    | <b>STÁTNÍ SVÁTEK</b>                                                                                                 |                        |                                                                                    |           |
| <b>Pátek</b>   | Chléb s taveným sýrem<br>paprika<br><br>caro                   | 1a,7<br><br>7      | Zelňačka<br><br>Kuřecí roláda<br>vařený brambor, kukuřičky<br><br>voda s citronem                                    |                        | Vánočka<br>jablko<br><br>pomerančový džus                                          | 1a,3<br>7 |

snad ještě porostou

## Houbový guláš

využijme sezónnost surovin

Suroviny: směs hub, sůl, pepř, drcený kmín, sladká paprika, cibule, olej, paprika, rajče. Na oleji zpěníme cibulku a přidáme na větší kousky pokrájené houby. Malinko podlijeme vodou. Okořeníme dle vlastní chuti a necháme podusit. Přidáme pokrájenou papriku a rajče. Ještě podusíme. Podáváme s vařeným bramborem, houskovým knedlíkem nebo chlebem.



## *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 SO<sub>2</sub>
- 13 - vlnčák (lupina) a výrobky z něj
- 14 - měkkýši a výrobky z nich







