

Jídelníček



VAŘÍ: Jitka Nováková, Míla Charousková, Radka Doubravová

strava je určena k okamžité spotřebě

Týden od 15. 4. do 19. 4. 2024

PŘESNÍDÁVKA

OBĚD

SVAČINKA

obsahuje alergen

obsahuje alergen

obsahuje alergen

Pondělí	Játrová pěna chléb, jablko kakao	1a,7 7	Zeleninový vývar s kroupami Masové kuličky v hořčicové omáčce jasmínová rýže zázvorový čaj	9 1a,3 7	Racio bagetka s máslem a poličanem, paprika jahodová šťáva	1a,7
Úterý	Liptovská pomazánka veka, hruška mléko	1a,7 7	Cizrnová polévka Těstoviny s mletým masem a zeleninou multivitamínový nápoj	1a	Lososová pěna chléb, okurky farmářský bezinkový čaj	1a,4 7
Středa	Krupicová kaše sypaná grankem oříškové mléko	1a,7 7	Česnečka se smaženým hráškem Srbský kotlík chléb šípkový čaj	3 1a	Šlehaný tvaroh s pažitkou chléb, jablko voda s citronem	1a,7
Čtvrtek	Holandská směs královský chléb, kedluben melta	1a,7 7	Kmínová polévka Bramborové špalíky uzený plátek, špenát jablečný čaj se skořicí	9 1a,3	Bylinkové tofu chléb, paprika nápoj aloe vera	1a,7
Pátek	Chléb s máslem a mozzarelou, jablko caro	1a,7 7	Hovězí vývar s těstovinovou zavářkou Tvarohové jahodové knedlíky sypané strouhaným tvarohem švestkový čaj	1a,3 9 1a,3 7	Rohlík s pomazánkovým máslem, cherry rajčátka pigi čaj s citronem	1a,7

Holandský karbanátek se sýrem

Suroviny: 500g mletého masa, 200g nastrouhaného tvrdého sýra, 1vejce, sůl, pepř, strouhanka. Všechny suroviny smícháme v míse, obalíme v trojobalu, tvoříme karbanátky a smažíme po obou stranách dozlatova.

Můžeme zvolit i zdravější variantu. Přimícháme buď uvařenou a pokrájenou kapustu nebo vařenou čočku. V tomto případě pečeme na pečícím papíru bez trojobalu v troubě.

Můžeme použít buď jogurtový dip nebo řecké tzatziki.



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 - vlčí bob (lupina) a výrobky z něj
- 14 - měkkýši a výrobky z nich

|

