# Jídelníček 17.6. - 21.6.2024

|  |  |
| --- | --- |
| PO: | Makový loupák, kakao (1/1,3,7) |
| Špenátová (1/1,3) |
| Kuře na paprice, těstoviny (1/1,7) |
| Kváskový chléb s vajíčkovou pomazánkou (1/1,3,7) |
|  |  |
| ÚT: | Celozrnný toastový chléb se sýrovo-česnekovou pomazánkou (1/1,7) |
|  | Zeleninová s bulgurem (1/1,9) |
|  | Filé na zelenině, brambor (4,7) |
|  | Domácí pribináček slazený medem, jáhelné křupky (7) |
|  |  |
| ST: | Maková houska s máslem, zeleninový talíř, balkánský sýr (1/1,7**)** |
|  | Zelná (1/1,7) |
|  | Smetanové těstoviny s rajčaty a sýrem (1/1,7) |
|  | Žitný chléb TOFU pomazánkou (1/1,7) |
|  |  |
| ČT: | Výběr tří druhů cereálií s mlékem (1/1,1/2,7) |
|  | Vývar se špaldovými kroupy (1/1,9) |
|  | Hovězí přírodní nudličky, rýže (1/1) |
|  | Rohlík s pomazánkovým máslem (1/1,7) |
|  |  |
| PÁ: | Sedmizrnná bageta se sardinkovou pomazánkou (1/1,1/2,4,7) |
|  | Polévka s krupicí a vejcem (1/1,3,9) |
|  | Buřtguláš, bramboráčky (1/1) |
|  | Ovocná přesnídávka, piškoty (1/1,7) |

Ovoce a zelenina je podávána DENNĚ dle sezónního výběru.

K pití podáváme celodenně vodu, čaj, šťávu nebo ředěný džus.

Čísla v závorkách za každým pokrmem označují přítomnost daného alergenu.

**Většina svačin jsou podávány systémem Montessori** -děti samy vyrábí nebo se podílejí na její přípravě.

Pokrmy jsou určené k přímé spotřebě bez skladování!

Jídelníček vypracovala: Mgr. Jitka Záhrobská

Seznam alergenů

1. obiloviny obsahující lepek a výrobky z nich – nejedná se o celiakii

1/1 pšenice, 1/2 žito, 1/3 ječmen, 1/4 oves, 1/5 špalda, 1/6 kamut jiné hybridní odrůdy a výrobky z nich

2. korýši a výrobky z nich

3. vejce a výrobky z nich

4. ryby a výrobky z nich

5. podzemnice olejná ( arašídy) a výrobky z nich

6. sojové boby ( soja ) a výrobky z nich

7. mléko a výrobky z něj

8. skořápkové plody a výrobky z nich – jedná se o všechny druhy ořechů: 8/1 mandle, 8/2 lískové ořechy, 8/3 vlašské ořechy, 8/4 kešu ořechy, 8/5 pekanové ořechy, 8/7 pistá-cie, 8/8 makadamie a výrobky z nich

9. celer a výrobky z něj

10. hořčice a výrobky z ní

11. sezamová semena a výrobky z nich

12. oxid siřičitý a siřičitany v koncentracích vyšších než 10 mg,ml/kg v SO 2

13. vlčí bob ( lupina ) a výrobky z něj

14. měkkýši a výrobky z nic