



Jídelníček

od 23.11.2020 do 27.11.2020

Pondělí 23.11.2020

Přesnídávka	Mléko s muesli + čerstvé ovoce (A: 01,07,08,13)
Oběd	Domácí fazolačka, Nugetky z lososa s bramborovou kaší + čerstvé ovoce (A: 01,03,04,07)
Oběd BI,bm	Domácí fazolačka, BIO cizrna v pečené zelenině s BIO jáhlemlí (A: 09)
Oběd Veg	Domácí fazolačka, BIO cizrna v pečené zelenině s BIO jáhlemlí (A: 09)
Svačina	Sezamová bulka s máslem + čerstvá zelenina (A: 01,03,07,08,11)

Úterý 24.11.2020

Přesnídávka	Bavorský chléb s medovou pomazánkou + mléko (A: 01a,01b,07,13)
Oběd	Kmínová s vejcem (03), Rajska s hovězím masem a houskovým knedlíkem+ bedýnky (nápoje a čerstvé ovoce pro dot.režim) (A: 01,03,07,09)
Oběd BI,bm	Kmínová s vejcem (03), Rajska s hovězím masem a rýží (A: 03,09)
Oběd Veg	Zapečené brambory s Balkánským sýrem a zeleninkou + zel.salát (A: 07)
Svačina	Graham s domácí sýrovou pom. + čerstvá zelenina (A: 01,06,07,11)

Středa 25.11.2020

Přesnídávka	Domácí ovocný tvaroháček (A: 07)
Oběd	BIO jáhlová (03), Kuřecí paličky s vařenými bramborami + ovocný kompot (A: 03)
Oběd BI,bm	BIO jáhlová (03), Kuřecí paličky s vařenými bramborami + ovocný kompot (A: 03)
Oběd Veg	BIO jáhlová (03), Šoulet s houbami a restovanou cibulkou (A: 01,03)
Svačina	Žitný rohlík s rybičkovou pomazánkou + čerstvá zelenina (A: 01,04,06,07,13)

Čtvrtek 26.11.2020

Přesnídávka	Rýžová kaše s ovocem a jogurtem (A: 06,08,11)
Oběd	Drůbeží vývar s nudlemi (1,3), Vepřové na žampionech s rýží Basmati + zel. salát (A: 01,03,09)
Oběd BI,bm	Vepřové na žampionech s rýží Basmati + zel. salát
Oběd Veg	Těstoviny se zeleninou a dýní Hokkaidó + zel. salát (A: 01,03)
Svačina	Žemle s máslem a plátkovým sýrem + karotka (A: 01,06,07)

Pátek 27.11.2020

Přesnídávka	Kmínový chléb s vajíčkovou pomazánkou + čerstvá zelenina (A: 01,03,07,13)
Oběd	Bramborovo-gulášová s hlívou, Drůbeží na hrášku s těstovinami (A: 01,03)
Oběd BI,bm	Bramborovo-gulášová s hlívou, Drůbeží na hrášku s rýží Basmati
Oběd Veg	Bramborová- gulášová s hlívou, Smažený květák s bramborovou kaší (A: 01,03,07)
Svačina	Domácí buchta s kakaem (A: 01,03,07)

Jídlo **obsahuje alergen**. Jejich čísla jsou uvedena v závorce za názvem jídla.

Seznam alergenů:

01: Obiloviny obsahující lepek (01a: pšenice, 01b: žito 01c: ječmen, 01d: oves, 01e: špalda, 01f: kamut), 02: Koryši, 03: Vejce, 04: Ryby, 05 Arašidy (podzemnice olejná), 06: Sójové boby (sója), 07: Mléko, 08: Ořechy, mandle, pistácie, 09: Celer, 10: Hořčice, 11: Sezamová semena, 12: Oxid siřičitý a siřičitany, 13: Vláčí bob, 14: Měkkýši

Strávníci v dotovaném režimu (Zdravá školní jídelna Vitalité) mají nad rámec jídelníčku:

nápoje (100% ovocné šťávy, mléko a čaje) a čerstvé ovoce, nebo zeleninku navíc (formou farmářských bedýnek), školáci mají navíc ještě i jogurt. VEGetariánské jídlo je dostupné pouze strávníkům v NEDOTovaném režimu (Vitalité Zdravý Restaurant)

