Jídelníček

09.11.2026 - 15.11.2026

Pondělí	**09.11.2026**
Přesnídávka	**Špaldový celozrnný rohlík s máslem, ovoce, Granko** *(01a, 07)*
Polévka	**Luštěninová - z fazolí Mungo**
Oběd	**Tarhoňa s masem a zeleninou, ovocný sirup** *(01a, 07)*
Svačina	**Chléb, pom. z makrely ve vlastní šťávě, zelenina, čaj, mléko** *(01a, 04, 07)*
Úterý	**10.11.2026**
Přesnídávka	**Chléb FIT, pom. avokádová z Lučiny, zelenina, Nesquik** *(01a, 03, 07)*
Polévka	**Hovězí vývar se zeleninou a ovesnými vločkami** *(01d, 09)*
Oběd	**Kachní prso na medu a pomerančích, bramborový knedlík, červené zelí, svatomartinský rohlíček, čaj** *(01a, 03, 07)*
Svačina	**Ovocná přesnídávka, rohlík, neslazený čaj** *(01a)*
Středa	**11.11.2026**
Přesnídávka	**Čokoládový pudink, piškoty, ovoce, neslazený čaj** *(01a, 03, 07)*
Polévka	**Hovězí vývar se zeleninou a sýrovými nočky** *(01a, 03, 07, 09)*
Oběd	**Vepřová plec na houbách, rýže, voda s citronem** *(01a)*
Svačina	**Houska, pom. "ala humr," zelenina, neslazený čaj, mléko** *(01a, 03, 07, 09)*
Čtvrtek	**12.11.2026**
Přesnídávka	**Selský bílý jogurt s ovocem, křehký chlebíček, neslazený čaj** *(07)*
Polévka	**Špenátová** *(03, 07)*
Oběd	**Sekaná pečeně s pohankou, bramborová kaše, okurka, voda** *(01a, 03, 07)*
Svačina	**Toustový chléb, pom. vaječná, zelenina, ochucené mléko, neslazený čaj** *(01a, 03, 07, 10)*
Pátek	**13.11.2026**
Přesnídávka	**Veka, pom. švédská, ovocný bar, neslazené Caro** *(01a, 04, 07)*
Polévka	**Batátová - krémová** *(07)*
Oběd	**Čočka na kyselo, vařené vejce, salát Puzsta, neslazený čaj** *(03, 07)*
Svačina	**Chléb s paštikou, zelenina, mléčný koktejl, neslazený čaj** *(01a, 07)*

Seznam alergenů:

01a - Obiloviny - pšenice, 01d - Obiloviny - oves, 03 - Vejce, 04 - Ryby, 07 - Mléko, 09 - Celer, 10 - Hořčice

STRAVA.cz