



Jídelníček

od 18.10.2021 do 22.10.2021

Pondělí 18.10.2021

Přesnídávka	Křupavé plátky s farmářským máslem + paprika (A: 01,07)
Oběd	Jemná česnečka s brambůrkami, Šišky s mákem + BIO jablko (A: 01,07,12)
Oběd BI,bm	Jemná česnečka s brambůrkami, Vepřový vrabec s výpekem + BIO jáhly se zeleninou
Oběd Veg	Jemná česnečka s brambůrkami, Smažená brokolice s bramborovou kaší (A: 01,03,07)
Svačina	Kváskový chléb s máslem a plátkovým sýrem + rajče (A: 01a,01b,07,13)

Úterý 19.10.2021

Přesnídávka	Vánočka s marmeládou + mléko (A: 01,03,06,07,08)
Oběd	Krémová květáková polévka, Hovězí guláš s vař. bramborovými noky + nápoje a ovoce (bedýnky dot.) (A: 01,03,07)
Oběd BI,bm	Krémová květáková polévka, Rybí filé s marinovanými zámeckými brambůrkami s rozmarýnem + zel. salát (A: 04)
Oběd Veg	Krémová květáková polévka, Hrachová kaše s restovanou cibulkou a okurkem + pečivo (A: 01,13)
Svačina	Vitaholík s pažitkovou pomazánkou + karotka (A: 01,06,07,13)

Středa 20.10.2021

Přesnídávka	Domácí ovocný jogurt s BIO ovesnými vločkami + banán (A: 01,07)
Oběd	Minestrone se zeleninou, Hrachová kaše s restovanou cibulkou a okurkem + pečivo (A: 01,09,13)
Oběd BI,bm	Minestrone se zeleninou, Hovězí guláš s vař. bramborami (A: 09)
Oběd Veg	Fussili s ragú z červené BIO čočky, sypané parmezánem + zel.salát (A: 01,03,07)
Svačina	Cereální bagetka s máslem a šunkou + rajče (A: 01,06,07,13)

Čtvrtek 21.10.2021

Přesnídávka	Ovocné pyré s piškoty (A: 01,03,07)
Oběd	Chalupářská masová polévka, Těstoviny a la Bolognese s masovým ragú (A: 01,03,07)
Oběd BI,bm	Chalupářská masová polévka, Omáčka Bolognese s masovým ragú a rýží Basmati
Oběd Veg	Houbové smetanové rizoto s Parmezánem + zel. salát (A: 07)
Svačina	Sezamová bulka s kapiovou pomazánkou + okurek (A: 01,03,07,08,11)

Pátek 22.10.2021

Přesnídávka	Žitný rohlík s tuňákovou pomazánkou + microgreens (A: 01,04,06,07,13)
Oběd	Hovězí (CZ) s vejcem a zeleninou (3), Krůtí medailonky na houbách a cibulce s hráškovou rýží + zel.salát (A: 03)
Oběd BI,bm	Hovězí (CZ) s vejcem a zeleninou (3), Krůtí medailonky na houbách a cibulce s hráškovou rýží + zel.salát (A: 03)
Oběd Veg	Tvarohové knedlíky s meruňkami, praženou strouhankou a máslem + čerstvé ovoce (A: 01,03,07)
Svačina	Domácí buchta s kakaem (A: 01,03,07)

Jídlo **obsahuje alergeny**. 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: Korýši, 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: Vlíčí 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. VEGetiariánské jídlo je dostupné pouze strávníkům v NEDOTovaném režimu (Vitalité Zdravý Restaurant)

