



Jídelníček

od 31.10.2022 do 04.11.2022

Pondělí 31.10.2022

Přesnídávka	Cereálie s mlékem + jablko (A: 01,06,07,08)
Oběd	Zelná s uz. krůtím masem, Kuřecí stripsy s bramborovou kaší + zeleninka na másle (A: 01,03,07,11)
Oběd BI,bm	Zelná s uz. krůtím masem, Vepřové se zadělávaným hráškem a mrkví + vař. brambory
Oběd Veg	Zadělávaný hrášek s mrkví + vař. brambory + vejce + ovoce (A: 03,07)
Svačina	Klobouček rohlík s farmářským máslem + rajče (A: 01,03,07)

Úterý 1.11.2022

Přesnídávka	Bavorský chléb s medovou pomazánkou + mléko (A: 01a,01b,07,13)
Oběd	Zeleninová, Hovězí v kapustě s vař. bramborami + nápoje a ovoce (bedýnky dot.) (A: 07,09)
Oběd BI,bm	Zeleninová, Hovězí ve vlastní šťávě s BIO jáhly se zeleninou (A: 09)
Oběd Veg	Zeleninová, Mungo fazole na kari + vařená rýže (A: 07,09)
Svačina	Sezamová houska s kapiovou pomazánkou + okurek (A: 01,03,07,08,11)

Středa 2.11.2022

Přesnídávka	Žitný rohlík s pomazánkou z červené čočky + karotka (A: 01,06,07,13)
Oběd	Bořšč (9), Dukátové buchtičky s vanilkovým krémem (A: 01,03,07)
Oběd BI,bm	Bořšč (9), Kuřecí s vař. bramborami s pažitkou + zel. salát
Oběd Veg	Gratinované těstoviny se sýrem a brokolicí + zel. salát (A: 01,03,07)
Svačina	Zrníčková raženka s máslem a plátkovým sýrem + hruška (A: 01,06,07,08)

Čtvrtek 3.11.2022

Přesnídávka	Domácí ovocný jogurt s BIO ovesnými vločkami + banán (A: 01,07)
Oběd	Rajská, Vepřové Kung-Pao s rýží Basmati (A: 08)
Oběd BI,bm	Rajská, Krůtí na slanině a hříbkách + rýže Basmati
Oběd Veg	Rajská, Zapečené brambory se sýrem a zeleninou (A: 07)
Svačina	Dalamánek s pažitkovou pomazánkou + rajče (A: 01,03,07)

Pátek 4.11.2022

Přesnídávka	Kmínový chléb s vajíčkovou pomazánkou + microgreens (A: 01,03,07,13)
Oběd	Hrstková, Těstoviny s drůbežím masem a zeleninou + zel. salát (A: 01,03,09)
Oběd BI,bm	Hrstková, Mořská štika na bylinkách se šť. bramborami + zel. salát (A: 04,09)
Oběd Veg	Italské rizoto se zeleninou a parmezánem + zel. salát (A: 07)
Svačina	Domácí buchta s obilnou kávou (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: 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: Vlčí 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)

