



Jídelníček

od 30.01.2023 do 03.02.2023

Pondělí 30.1.2023

Přesnídávka	Toast s farmářským máslem + cherry rajče (A: 01a,03,07)
Oběd	Drůbeží se zeleninou (9), Šišky s mákem a máslem (A: 01,07,09,12)
Oběd BI,bm	Drůbeží se zeleninou (9), Kuřecí se zeleninou a rýží Basmati (A: 09)
Oběd Veg	Šišky s mákem a máslem + ovoce (A: 01,07,12)
Svačina	Grahamový rohlík s Lučinou + jablko (A: 01,06,07,11)

Úterý 31.1.2023

Přesnídávka	Žmolenkový rohlík + kakao (A: 01,03,06,07,08,13)
Oběd	Mrkvová se zázvorem, Kuřecí řízek + bramborová kaše + ovocný kompot + nápoje a ovoce (bedýnky dot.) (A: 01,07)
Oběd BI,bm	Mrkvová se zázvorem, Znojemská pečeně + BIO jáhly se zeleninou
Oběd Veg	Mrkvová se zázvorem, Mexické fazole se zeleninou a rýží (A: 09)
Svačina	Kmínový chléb s droždovou pomazánkou + okurek (A: 01,07,13)

Středa 1.2.2023

Přesnídávka	Raženka s ovocným tvarohem (A: 01,06,07)
Oběd	Cibulačka, Vepřové nudličky se zelím a houskovým knedlíkem (A: 01,03,07)
Oběd BI,bm	Cibulačka, Vepřové nudličky s vařenými bramborami + zel. salát
Oběd Veg	Špenát s vejcem a vařenými bramborami + ovoce (A: 03)
Svačina	Dalamánek s dýňovou pomazánkou + ledový salát (A: 01,03,07)

Čtvrtek 2.2.2023

Přesnídávka	Domácí ovocný jogurt s BIO oves.vločkami + banán (A: 01,07)
Oběd	Hovězí (CZ) vývar s nudlemi (1,3), Krůtí maso po čínsku s rýží Basmati (A: 01,03,09)
Oběd BI,bm	Krůtí maso po čínsku s rýží Basmati + zel. salát
Oběd Veg	Pečená zeleninka s vař. těstovinami + zel. salát (A: 01,03,09)
Svačina	Žitný chléb s tuňákovou pomazánkou + microgreens (A: 01a,01b,04,07,13)

Pátek 3.2.2023

Přesnídávka	Cereální bagetka s pažitkovou pomazánkou + karotka (A: 01b,03,07,08)
Oběd	Bouillabaisse, Rajská omáčka s masovými kuličkami a těstovinami (A: 01,03,04,09)
Oběd BI,bm	Bouillabaisse, Kuřecí na přírodno se šťávou + vař. brambory + zel. salát (A: 04,09)
Oběd Veg	Bouillabaisse, Zapečené brambory se zeleninou a sýrem + zel. salát (A: 04,07,09)
Svačina	Brioška s meruňkami + mléko (A: 01,03,07,13)

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: 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. VEGetariánské jídlo je dostupné pouze strávníkům v NEDOTovaném režimu (Vitalité Zdravý Restaurant)

