

### Jídelní lístek 9. 1.–13. 1. 2023

	Pondělí	Úterý	Středa	Čtvrtek	Pátek
<b>Dopolední svačina MŠ</b>	Musli/Cornflakes s mlékem, jablko, čaj	Celozrná ovesná kaše s banánem, čaj	Houska s máslem, marmeláda, bílá káva, ovoce	Chléb s máslem a vařeným vejcem, sezónní zelenina, mléko, čaj	Finský rohlík s lučinou, sezónní zelenina, čaj, mléko
<i>alergeny</i>	1,7	1,7	1,7	1,3,7	1,7
<b>Oběd</b>	Polévka: Bramborová	Polévka: Krupicová s vejci	Polévka: Zeleninový vývar s tarhoňou	Polévka: Slepíčí vývar s těstovinou	Polévka: Pórková s vejci
<i>alergeny</i>	1,7,9	1,3,4,7	1,3,9	1,3,7,9	1,3,7
	A: Štěpánská vepřová kýta, houskový knedlík  B (MŠ): Zapečená brokolice s bramborami, smetanou a sýrem	A (MŠ): Smažené rybí filé, bramborová kaše  B: Zeleninové rizoto, strouhaný sýr, okurka	A: Kuřecí prsa s omáčkou z pečených paprik, rajčat a česneku, penne  B (MŠ): Čočka na kyselo s vařeným vajíčkem, čalamáda	A (MŠ): Pečené kuřecí stehno na kmíně, bramborová kaše  B: Restovaná basmati rýže se šafránem, pestrou zeleninou, hlívu a hráškovými výhonky	A (MŠ): Krutí steak, pečené brambory, tzatziky  B: Indická cizrna se zeleninou a čerstvým koriandrem, dušená rýže
<i>alergeny</i>	A: 1,3,7      B: 1,3,7	A: 1,3,4,7      B: 1,3,7,9	A: 1,3,7      B: 1,3,7	A: 1,7      B: 7	A: 1,7      B: 1,7
<b>Odpolední svačina MŠ</b>	Rohlík s farmářskou tofu pomazánkou, sezónní zelenina, mléko, čaj	Pšenično-žitný chléb s máslem a sýrem, sezónní zelenina, mléko	Pšenično-žitný chléb s pažitkovým žervé, sezónní zelenina, čaj	Finský rohlík s máslem s šunkou, jablko, hruška, mléko, čaj	Piškoty s bílým jogurtem, ovoce, čaj
<i>alergeny</i>		1,7	1,7	1,7	1,3,7
Děti, které zůstávají v MŠ po 16.00 hodině, mají v 16:15 ještě jednu menší svačinu – ovoce, zeleninu. K jídlům mají MŠ děti na výběr z těchto nápojů: plnotučné mléko, voda. Žáci ZŠ někdy po obědě dostávají ovoce, jogurt, mléko nebo ochucený tvaroh.					
Změna jídelníčku vyhrazena.					

Alergeny: **1. Lepek** (pšenice, žito, ječmen, oves, špalda, kamut nebo jejich odrůdy), **2. Korýši**, **3. Vejce**, **4. Ryby**, **5. Arašidy** (podzemnice olejná), **6. Sója** (sójové boby), **7. Mléko**, **8. Skořápkové plody** (mandle, lískové ořechy, vlašské ořechy, kešu ořechy, pekanové ořechy, para ořechy, pistácie, makadamie), **9. Celer**, **10. Hořčice**, **11. Sezam**, **12. Oxid siřičitý a siřičitany** (E220, E221, E222, E223, E224, E226, E227, E228), **13. Vlčí bob** (lupina), **14. Měkkýši**