

# Jídelníček na týden 16.-20. 10. 2023

Základní škola a mateřská škola Klas, s.r.o.

## Pondělí 16. 10. 2023

přesnídávka Pomazánka s rajčaty, chléb (1,7)  
polévka Česneková s bramborem a šlehaným vejcem (3,9,12)  
oběd 1 (MŠ) Krutí nudličky na čínský způsob, dušená rýže (6)  
oběd 2: Fazolové chilli con carne s dušenou rýží (9,12)  
svačina Tvarohový krém s kakaem, sezónní ovoce (7)

## Úterý 17. 10. 2023

přesnídávka Tvarohová pomazánka, celozrnný chléb (1,3,7)  
polévka Květáková polévka (1,7,9)  
oběd 1 (MŠ) Hovězí vařené, rajská omáčka, kolínka (1,3,9,12)  
oběd 2 Wrap se zeleninou a koktejlovým dresinkem (1,7)  
svačina Koláč ovocný, sezónní ovoce, kakao (1,3,7)

## Středa 18. 10. 2023

přesnídávka Pomazánkové máslo, celozrnný rohlík, ovoce (1,7)  
polévka Polévka pórková s vejci (1,3,9)  
oběd 1 (MŠ) Sekaná pečeně, bramborová kaše, ovoce (1,3,7)  
oběd 2 Špagety s drcenými rajčaty a bazalkou, strouhaný sýr (1,3,7,12)  
svačina Rybičková pomazánka, celozrnné pečivo, zelenina (1,4,7,10)

## Čtvrtek 19. 10. 2023

přesnídávka Chléb se šunkou a sýrem, ovoce (1,7)  
polévka Polévka luštěninová (1,9)  
oběd 1 (MŠ) Rozstřelený španělský ptáček, rýže (1,3,7,10,12)  
oběd 2 Květákový nákyp (3,7)  
svačina Bílý jogurt, sezónní ovoce a zelenina (7)

## Pátek 20. 10. 2023

přesnídávka Ovesná kaše, ovoce (1,7)  
polévka Zeleninový vývar s pohankou a hovězím masem (9)  
oběd 1 (MŠ) Vepřová pečeně, moravské zelí, bramborové knedlíky (1,3,7,12)  
oběd 2 Dýňový tagine s cizrnou, zeleninou a kuskusem (1)  
svačina Pečivo, máslo, zelenina (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, ovocný nebo zeleninový džus bez přidaných sladidel.*

*Žákům ZŠ je jídelníček průběžně doplňován čerstvým ovocem, mléčnými výrobky a mlékem.*

Změna jídelníčku vyhrazena.

Alergeny:

1. **Lepek** (pšenice, žito, ječmen, oves, špalda, kamut nebo jejich odrůdy)
2. **Korýši**
3. **Vejce**
4. **Ryby**
5. **Arašíd** (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**