

Jídelníček na týden od 8.-12.1.2024

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

Pondělí 8.1.2024

přesnídávka: Ovesná kaše, ovoce, čaj

polévka: Krupicová s vejcem (1,3,9)

oběd 1 (MŠ): Krutí nudličky s pórkem a dušenou rýží (1,6,7,8)

oběd 2: Rýžové nudle míchané s čínskou zeleninou a sójovou - ústřední omáčkou (6,9,14)

svačina: Tortilla s tvarohovou pomazánkou a rajčaty (1,7,)

Úterý 9.1.2024

přesnídávka: Jogurt, ovoce, čaj (1,7)

polévka: Bramboračka (1,7,9)

oběd 1 (MŠ): Bulgurové rizoto se zeleninou, sýr (1,7,9)

oběd 2: Špagety po uhlířsku (1,3,7)

svačina: Rohlík, pomazánka, zelenina (1,7)

Středa 10.1.2024

přesnídávka: Chocoballs, mléko, ovoce (1,7)

polévka: Droždíová polévka (1,9)

oběd 1 (MŠ): Vepřový guláš s těstovinami (1,3,7)

oběd 2: Květákový nákyp (3,7,)

svačina: Pomazánka z tuňáka, chléb, čaj (1,7)

Čtvrtek 11.1.2024

přesnídávka: Ovocný koláč, mléko (1,7)

polévka: Vločková polévka se zeleninou (1,3,7)

oběd 1 (MŠ): Hovězí maso po pražsku s houskovým knedlíkem (1,3,7)

oběd 2: Fusilli se sýrovou omáčkou a kudrnkou (1,3,7)

svačina: Rohlík, šunka, sýr, zelenina (1,7)

Pátek 12.1.2024

přesnídávka: Piškoty, jogurt s medem, čaj (1,7)

polévka: Hrstková polévka (1,9)

oběd 1 (MŠ): Holandský mletý řízek s bramborovou kaší (1,3,7)

oběd 2: Fazolové lusky na smetaně s vejcem a vařeným bramborem (1,3,7)

svačina: Chléb s máslem, šunka, mléko (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, ovocný nebo zeleninový džus bez přidaných sladidel.

Zákům 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. **Arašídny** (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**