

# Jídelníček na týden 9.-13. 10. 2023

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

## Pondělí 9. 10. 2023

přesnídávka Chléb se šunkou a sýrem, jablko (1,7)  
polévka Zeleninová zahuštěná polévka (1,7,9)  
oběd 1 (MŠ) Špagety se šunkou a rajčaty, strouhaný sýr (1,7,12)  
oběd 2: Čínská zelenina s ústříčnou omáčkou a rýžovými nudlemi (6,9,14)  
svačina Tvarohový krém s kakaem, sezónní ovoce (7)

## Úterý 10. 10. 2023

přesnídávka Šunková pomazánka, chléb, paprika (1, 7)  
polévka Zeleninový vývar s písmenkou (1,3,9) (neVEG s kuřecím masem)  
oběd 1 (MŠ) Holandský mletý řízek s bramborovou kaší (1,3,7)  
oběd 2 Zeleninové lečo s vejcem a chlebem (1,3)  
svačina Celozrnný rohlík s lučinou, mrkev (1,7)

## Středa 11. 10. 2023

přesnídávka Ovesné sušenky, ovoce (1,5,6,8)  
polévka Rajská polévka s rýží (1,12)  
oběd 1 (MŠ) Hovězí svíčková na smetaně s houskovým knedlíkem (1,3,7,9,10,12)  
oběd 2 Fazolové lusky na smetaně s vařeným vejcem a vařeným bramborem (1,3,7)  
svačina Pečivo s pomazánkovým máslem, plátkový sýr, sezónní zelenina (1,7)

## Čtvrtek 12. 10. 2023

přesnídávka Budapešťská pomazánka, celozrnný chléb (1,7)  
polévka Polévka s jarní zeleninou a šlehaným vejcem (3,9)  
oběd 1 (MŠ) Mexické fazole se zeleninou a mletým hovězím masem s dušenou rýží (1,12)  
oběd 2 Pyré z červené čočky a batát s grilovaným tofu (6)  
svačina Bílý jogurt, sezónní ovoce a zelenina (7)

## Pátek 13. 10. 2023

přesnídávka Pomazánka s vejcem, rohlík, okurka (1,3,7,10)  
polévka Bramboračka (1,7,9)  
oběd 1 (MŠ) Vepřový guláš s těstovinami (1,3)  
oběd 2 Zeleninové rizoto, strouhaný sýr (7,9)  
svačina Chléb s tvarohem, paprika (1,7)

*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**