

Mateřská škola - Dlouhá

## JÍDELNÍČEK

9. - 13. 9. 2024

Obsahuje alergeny

<b>pondělí</b>		
přesnídávka	biskvít, pom. ze sójových bobů, rajče, malcao, ovocný talíř	01a,06,07
oběd	pol. barevná pohanková, pečená vepřová kýta, dušený špenát, gnochí, šťáva mateřídouška lípa	09 01a,03,07
svačina	hesenský chléb s máslem, bio džem ostružina, mléko	07,01a,01b,11,06
<b>úterý</b>		
přesnídávka	tmavá špička celozrnná, pom. mozaiková, ředkvička, malcao, ovoce	01a,01b,11,06,07
oběd	pol. z míchaných luštěnin, kuře po lačnovsku, dušená rýže basmati, kompot, čerstvá voda s mátou	01a,07,09 01a,07
svačina	slezský chléb, pomazánkové máslo, kedlubna, mléko	01a,01b,06,07
<b>středa</b>		
přesnídávka	chléb dobrák, pom. z mozzarely, okurka, kakao, zeleninový talíř	01a,01b,07
oběd	pol. petrželová, žemlovka s tvarohem a jablky, bylinkový čaj rakytníkový červánek	01a,07 01a,03,07
svačina	banán, jahodový čaj	
<b>čtvrtek</b>		
přesnídávka	slunečnicový chléb, pom. vaječná s pažitkou, paprika, káva, ovoce	01a,01b,03,11,06,07
oběd	pol. rajská s bulgurem, tilápie s cuketou a česnekem, bramborová kaše, ledový salát, 100% džus Tropicó	01a,07 04,07
svačina	luhačovický chléb, pom. z pečeného vepřového masa, pórek, mléko	01a,01b,07
<b>pátek</b>		
přesnídávka	špaldový chléb, pom. sardinková, mrkev, káva, ovoce	01a,01b,11,06,04,07,01e
oběd	pol. zeleninová s bramborem, kuskus s krůtím masem na rozmarýnu, salát z červené řepy, šťáva meduňka a heřmánek	09 01a
svačina	šlehaný jogurt s ovocem a müsli, čaj zimní pohoda	07,08a,06,01d

Seznam alergenů: 01a - pšenice, 01b - žito, 01c - ječmen, 01d - oves, 01e - špalda,  
02 - korýši, 03 - vejce, 04 - ryby, 05 - arašídy, 06 - sójové boby, 07 mléko,  
08a - mandle, 08b - lískové ořechy, 08c - vlašské ořechy,  
09 - celer, 10 - hořčice, 11 - sezam, 12 - siričitany, 13 - vlčí bob, 14 - měkkýši

Změna jídelníčku a alergenů vyhrazena. Strava je určena k okamžité spotřebě.

Sestavila: Eva Marková, Helena Murková