 J Í D E L N Í Č E K  Š J DOLNÍ

**PONDĚLÍ**  Přesnídávka Chléb kmínový 1, šlehaná marmeláda 7,11, mléko 7, pomeranč

**22.4.2024** Polévka Zeleninová s bylinkovými nočky 1.1,3,7,9,12

 Hlavní jídlo Cizrnová kaše se smaženou cibulkou, vícezrnná bageta 1.1,1.2,1.3,6,7,11, vitamínový salát, džus jahodový

 Svačina Chléb Ondráš 1.1,1.2, zeleninová pomazánka 3,7, bílá káva 1.2,1.3,7

**ÚTERÝ**  Přesnídávka Krupicová kaše s kakaem 1.1,7, jablko, čaj citrónový

**23.4.2024** Polévka Zeleninový vývar s bulgurem a jarní cibulkou 1.1,9 

 Hlavní jídlo Masové kuličky pečené (vepřové) 1.1,3,7, rajská omáčka 1.1, kynutý houskový knedlík 1.1,3,7, džus pomerančový

 Svačina Chléb slunečnicový 1.1,1.2,1.3,6,7,11, pomazánkové máslo s pažitkou 7, barevná paprika, melta 1.1,1.2,7

**STŘEDA**  Přesnídávka Houska 1.1,6, budapešťská pomazánka 7, kedluben, cola cao 1.1,6,7, banán

**25.4.2024**  Polévka Špenátová s vejci 1.1,3,7

 Hlavní jídlo Hovězí závitek plněný zelím 1.1, šťouchané brambory, čaj ovocný

 Svačina Šopský salát (rajče, paprika, sal.okurek, balkánský sýr) 7, čaj fruit

**ČTVRTEK** Přesnídávka Pšeničná veka 1.1,6, čerstvé bylinkové máslo 7, rajče, ochucené mléko 7, mandarinka

**26.4.2024**  Polévka Hrachová s majoránkou a krutony 1.1,3,7

 Hlavní jídlo Kuřecí nudličky po čínsku s tempehem (sójové boby, jidášovo ucho, pórek, paprika) 6, čínské nudle 1.1, džus pomerančový

 Svačina Pečený perník s čokoládovou polevou 1.1,3,7, mléko 7

**PÁTEK**  Přesnídávka Mléko + corn flakes 1.3,7, jablko

**27.4.2024** Polévka Gulášová se sojovým masem 1.1,6,9

 Hlavní jídlo Dušená mrkev s hráškem 1.1, brambory vařené, nápoj karibik

 Svačina Chléb žitný 1.1,1.2,6, pomazánka z ryb v tomatě 4,7, paprika, čaj hruškový se zázvorem

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  Jídelní lístek sestavila a schválila: Ivana Radková-vedoucí ŠJ / Miroslava Bartoňová-vedoucí kuchařka Pitný režim dodržován během celého dne - Ovoce a zelenina dle nabídky dodavatele - Změna jídelníčku a alergenů vyhrazena**STRAVA JE URČENA K OKAMŽITÉ SPOTŘEBĚ****SEZNAM ALERGENŮ**: **1 obiloviny obsahující lepek** (1.1 pšenice, 1.2 žito, 1.3 ječmen, 1.4 oves, 1.5 špalda, 1.6 kamut) a výrobky z nich,**2 korýši** a výrobky z nich,  **3 vejce** a výrobky z nich, **4 ryby** a výrobky z nich, **5 podzemnice olejná (arašídy)** a výrobky z nich,**6 sójové boby (sója)** a výrobky z nich, **7 mléko** a výrobky z něj, **8 skořápkové plody** (8.1mandle,8.2lískové ořechy, 8.3vlaš.ořechy, 8.4kešu, 8.5pekanové ořechy, 8.6para ořechy, 8.7pistácie,8.8makadamie) a výrobky z nich, **9 celer** a výrobky z něj,**10 hořčice** a výrobky z ní,**11 sezamová semena (sezam)**a výrobky z nich,**12 oxid siřičitý a siřičitany**, **13 vlčí bob (lupina)**a výrobky z něj, **14 měkkýši**a výrobky z nich, **AMARANT (laskavec jedlý)**: **superpotravina nabitá bílkovinami, vlákninou, vápníkem a železem, přirozeně bezlepková.** |   |   |