



Jídelníček

Platný pro týden: od 9. 3. do 13. 3. 2020

	Přesnídávka	Oběd	Svačina
pondělí	chléb A 1 6 11 pomazánka tuňáková A 4 7, rajčata bílá káva A 1 7 jablko	pol. dýňová s opeč. chleb. A 1 6 7 11 vločkové karbanátky pečené v troubě A 1 7 brambory s máslem A 7 zelenina, mošt	lámankový chléb A 1 6 7 11 pomazánka tvarohová s pažitkou A 7 čaj se sirupem
úterý	rohlík A 1 6 11 pomazánka sýrová s kapií A 7 kakao A 7 pomeranč, jablko	pol. květáková A 1 3 7 vepřový guláš A 1 těstoviny A 1 čaj s citr.	chléb A 1 6 11 pomazánka zeleninová A 7 9 lipový čaj
středa	jáhlová kaše A 7 granko, máslo A 7 ovocný čaj jablko	pol. drůbková jemná A 1 9 pečené kuře A 7 brambory okurkový salát s rajčaty čaj se sirupem	chléb A 1 6 11 pomazánka vaječná A 3 7, paprika mléko A 7
čtvrtek	chléb A 1 6 11 pomazánka drožd'ová A 3 7, okurka mléčná káva A 1 7 hruška	pol. hrstková A 1 7 9 cikánská hovězí pečeně A 1, rýže parboiled A 1 čaj s citr.	kaiserka A 1 6 7 11 pomazánkové máslo A 7 čaj se sirupem jablko
pátek	chléb A 1 6 11 pomazánka celerová A 3 7 9 švédský čaj A 7 jablko	pol. zel. vývar s bulgurem A 1 9 haše A 1 6 11 brambory s máslem A 7 salát z kysaného zelí čaj se sirupem	chléb A 1 6 11 pomazánka ze žervé A 7 rajčata čaj s citr.

Koření je používáno v přiměřené míře a může být zdrojem alergenů 3,5,6,7,8,9,10

Pitný režim po celý den- ovocné čaje a pitná voda. V případě podávání mléčného nápoje je nabízen i nápoj nemléčný. Pokud je podáván sladký nápoj, je na výběr i nápoj nesladký.

Podle zákona o potravinách 110/1997 a následné novely 180/2016Sb.Šb 9 uvádíme množství pokrmu na 1 dětskou porci:

Maso 50g, ryba 60 g, mléčný výrobek 31 g, mléko 300 ml, polévka 130-150 ml, porce omáčky 50- 100 ml, zelenina 110 g, ovoce 110 g, pečivo 5 - 20g, pomazánky 3 - 5 g, brambor 90 g, přílohy 90 g. Velikost porce vychází z výživových norem vyhlášky 107/2005 Sb. o školním stravování.