

# Jídelní lístek

16.12.-20.12.2024



Obsahuje tyto ALERGENY \*):

<b><u>Pondělí:</u></b>	Rybičková pomazánka, chléb, jablko, mrkev, bílá káva	1P,Ž,J,4,6,7
	Kulajda	1P,3,7
	Domácí buchtičky se šodó, nektar citrónový, Lipánek-mlíčko	1P,3,7
	Chléb s pomaz.krémem a medvědí česnekem, okurka, čaj	1P,6,7
<b><u>Úterý:</u></b>	Špaldová kaše s medem, skořice, hruška, čaj jablko-bacopa***)1“Š“,7	
	Jádrová polévka	1P,3,9
	Domácí sekaná, hrachová kaše, okurka, džus mangový	1P,3,7
	Kv.chléb žit.-pš.***) s lučinou, cherry rajče, čaj	1P,Ž,7
<b><u>Středa:</u></b>	Kv.chléb žit.-pš.***) s máslem, pl.sýr, paprika, rajče, kakao	1P,Ž,7
	Hovězí vývar s kuskusem	1P,9
	Rajská omáčka, hovězí vař., kolínka, džus ananasový	1P,3
	Jogurt, čaj	7
<b><u>Čtvrtek:</u></b>	Vánočka, mandarinka, caro-nápoj	1P,Ž,J,3,6,7
	Zeleninová polévka s písmenky	1P,3
	Masová směs, bramborové gnocchi, nektar švestkový	1P,3,12
	Toustový chléb se sýrem, banán, čaj	1P,6,7
<b><u>Pátek:</u></b>	Tvaroh. pomazánka s rajčaty, chléb, paprika, mrkev, mléko och.	1P,6,7
	Frankfurtská polévka	1P
	Brokolicové placičky se sýrem, brambor, kečup, obloha, nápoj	1P,3,7
	Ovesná svačinka s kokosem, čaj	1P,Š,“O“,6,7

**Přejeme všem dětičkám, rodičům i prarodičům  
KRÁSNE VÁNOCE A ŠTASTNÝ NOVÝ ROK ☺**

© DOBROU CHUŤ VÁM PŘEJÍ MIRKA A HANKA ☺

Určeno k okamžité spotřebě. Změna jídelního lístku vyhrazena dle dodávek surovin.

Ke každému mléčnému nápoji možnost zvolit nemléčný, nesladký, vodu.

\*) viz. Seznam alergenů – číselník, vyvěšený na nástěnce, změna obsahu alergenů vyhrazena.

\*\*) Pekárna Křepenice (= toto pečivo neobsahuje: palmový tuk, ani umělé ztužené tuky, ani chemické konzervanty ani umělá barviva ani aroma ☺)

\*\*\*) Bacopa= drobná plazivá bylina, nazývaná Brahmi, Mezi hlavní účinky patří sice boj proti antioxidantům - Brahmi je totiž silným antioxidantem, ale je to i „mozkový nutriet“. Dokáže tedy stimulovat mozkovou činnost, což je v určitých směrech velmi dobře využitelné. Brahmi tak zvyšuje mozkovou činnost a výkonnost. Zlepšuje se míra paměti, odbourává pocit únavy, nebo nespavost. Dokáže zklidnit mysl, podpořit míru relaxace, snížit úzkost, neklid a další. ☺



Krásné vánoční svátky