

# Jídelní lístek

na období od: 20.10.2025 do: 24.10.2025

20.10.2025 - pondělí:

|                   |                                                                 |
|-------------------|-----------------------------------------------------------------|
| Ranní svačina     | křehký chlebiček, pom. máslo, č. zelenina, ovoce, mléko (7)     |
| O b ě d - Polévka | zeleninová s mas. zavářkou (1a 3 6 9)                           |
| - Hlavní jídlo 1. | špaldová kaše, syp. kakaem a cukrem, broskvový kompot (1a 1e 7) |
| Nápoj oběd        | ov. sirup, p. voda ()                                           |
| Odpolední svačina | chléb s vega pom., č. zelenina, ovoce (1a 1b 6 7)               |

21.10.2025 - úterý:

|                   |                                                                      |
|-------------------|----------------------------------------------------------------------|
| Ranní svačina     | chléb s rybičkovou pom., č. zelenina, ovoce, cao - vit (1a 1b 6 7 4) |
| O b ě d - Polévka | slepičí vývar se strouháním (6 1a 3)                                 |
| - Hlavní jídlo 1. | pečená sekaná, vař. brambor, kys. zelí (1a 3 7)                      |
| Nápoj oběd        | sirup z manga, p. voda ()                                            |
| Odpolední svačina | ov. přesnídávka, piškoty, ovoce (1a 3 7)                             |

22.10.2025 - středa:

|                   |                                                         |
|-------------------|---------------------------------------------------------|
| Ranní svačina     | houška s tuň. pom., č.zelenina, ovoce, mléko (1a 6 4 7) |
| O b ě d - Polévka | švédská rybí (7 4 9)                                    |
| - Hlavní jídlo 1. | žampionová om., těstoviny vřetena (1a 7)                |
| Nápoj oběd        | švestkový čaj, p.voda ()                                |
| Odpolední svačina | litý koláč s meruňkama, ovoce, mléko (1a 3 7)           |

23.10.2025 - čtvrtek:

|                   |                                                                |
|-------------------|----------------------------------------------------------------|
| Ranní svačina     | maroko s čočkovou pom., č. zelenina, ovoce, mléko (1a 1b 1c 7) |
| O b ě d - Polévka | špenátová, op. houška (1a 7)                                   |
| - Hlavní jídlo 1. | zapečené brambory s kuř. masem, řepa (7)                       |
| Nápoj oběd        | sirup z černého rybízu, p. voda ()                             |
| Odpolední svačina | van. tvaroháček, medové kroužky, ovoce (7)                     |

24.10.2025 - pátek:

|                   |                                                                         |
|-------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| Ranní svačina     | chléb se sýrovou pom. s pažitkou, č. zelenina, ovoce, mléko (1a 1b 6 7) |
| O b ě d - Polévka | slepičí s kroupami a zeleninou (3 6 1a 9)                               |
| - Hlavní jídlo 1. | fazole po bretaňsku s vepř. masem, chléb (1a 1b 6)                      |
| Nápoj oběd        | čaj s fenyklem, p.voda ()                                               |
| Odpolední svačina | ovesná svačinka, ovoce (1d)                                             |

ved. str. p. Prouzová, informace o hmotnostech porcí u ved. strav15102

Čísla v závorce za názven pokrmu označují alegeny, které jídla obsahují:

|                                                                                                                                                |                                       |                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------------|
| 025 1 OBILOVINY OBSAHUJÍCÍ LEPEK 1a) pšenice, 1b) žito, 1c) ječmen, 1d) oves, 1e) špalda, 1f) kamut nebo jejich odrůdy 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 (Arašidy) a výr. z nich                                                                                                    | 6 SOJOVÉ BOBY (SÓJA) a výrobky z nich | 7 MLÉKO a výrobky z něj                  |
| 8 SKOŘÁPKOVÉ PLODY 8a) mandle, 8b) lískové, 8c) vlašské, 8d) kešu, 8e) pekanové, 8f) para ořechy, 8g) pistácie, 8h) makadamie a výrobky z nich |                                       |                                          |
| 9 CELER a výrobky z něj                                                                                                                        | 10 HOŘČICE a výrobky z ní             | 11 SEZEMOVÁ SEMENA (SEZAM) a výr. z nich |
| 12 OXID SYŘIČITÝ A SIŘIČITANY kon.vyšší 10mg                                                                                                   | 13 VLČÍ BOB (LUPINA) a výrobky z něj  | 14 MĚKKÝŠI a výrobky z nich              |