

JESLE ČERNÝ MOST JÍDELNÍČEK



Pátek 1.7.

Přesnídávka : Vanilkový pudink s piškoty 150ml/ 1,3,7

Svačina : Zálabský rohlík 60g, pažitková pomazánka 30g, zelenina 50g / 1,6,7

Pondělí 4.7.

Přesnídávka : Termix 90g, jablko 50g/7,8

Svačina : Houska kolínská 60g, brokolicevá pomazánka 30g, zelenina 50 g/ 1,7

Úterý 5.7. **STÁTNÍ SVÁTEK**

Středa 6.7. **STÁTNÍ SVÁTEK**

Čtvrtek 7.7.

Přesnídávka : Bílý jogurt 150ml, med 10g, musli 20g/1,7,8

Svačina : Uzlík Caesar 45g, tuňáková pomazánka 30g, zelenina 50g/1,4,7

Pátek 8.7.

Přesnídávka : Dýňový toast 50g, špenátová pomazánka 30g, ovoce 50g / 1,7,11,13

Svačina : Houska natura 60g s máslem 10g, šunkou 20g, zelenina 50g/1,7

Pondělí 11.7.

Přesnídávka : Pribináček 90g, jablko 50g /1,7,8

Svačina : Korn rohlík 60g tvarohová s droždím a sýrem 30g, zelenina 50g/1,6,7

Úterý 12.7.

Přesnídávka : Makový koláč 1ks, mléko 200ml / 1,3,7,8 - kokos

Svačina : Houska natura 60g, máslo 10g, šunka 20g, zelenina 50g/ 1,7

Středa 13.7.

Přesnídávka : Kváskový chléb 60g, vajíčková pomazánka 30g, ovoce 50g /1,3,7

Svačina : Zálabský rohlík 60g, ricotta 30g, zelenina 50g/1,6,7

Čtvrtek 14.7.

Přesnídávka : Vícezrnný chléb 60g, ajvar pomazánka 30g, ovoce 50g/1,7

Svačina : Houska kolínská 60g, lososová pomazánka 30g, zelenina 50g/1,4,7

Pátek 15.7.

Přesnídávka : Dýňový toast 50g,, máslo 10g, čedar 20g, ovoce 50g/ 1,7,11,13

Svačina : Jáhlová kaše se švestkami a skořicí 150ml /7

Pondělí 18.7.

Přesnídávka : Termix 90g, jablko 50g/7,8

Svačina : Houska natura 60g, sýrová pomazánka 30g, zelenina 50 g/ 1,7



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost

JAHODA, z.ú., Vybíralova 969/2, 198 00 Praha 14
tel.: 777 674 060, email: jahodka@jahoda.cz, www.jahoda.cz

JAHODA
NEZISKOVÁ ORGANIZACE

JESLE ČERNÝ MOST JÍDELNÍČEK



Úterý 19.7.

Přesnídávka : Tvarohový koláč vázaný 1ks, mléko 200ml /1,3,7

Svačina : Knackebrot 2ks, pomazánka z červené čočky, zelenina 50g /1,7

Středa 20.7.

Přesnídávka : Kváskový chléb 60g, sýrová pomazánka 30g, ovoce 50g /1,7

Svačina : Zálabský rohlík 60g, vajíčková pomazánka 30g, zelenina 50g /1,3,6,7

Čtvrtek 21.7.

Přesnídávka : Žitný chléb 60g, máslo 10g, med 10g, ovoce 50g /1,7

Svačina : Houska kolínská 60g, 30g, lososová pomazánka 30g, zelenina 50g /1,4,7

Pátek 22.7.

Přesnídávka : Vícezrný chléb 60g, pomazánka z vodnice 30g /1,7

Svačina : Čokoládový pudink s piškoty 150ml /1,3,7

Pondělí 25.7.

Přesnídávka : Pribináček 90g a jablko 50g /1,7,8

Svačina : Korn rohlík 60g, špenátová pomazánka 30g, zelenina 50g /1,6,7

Úterý 26.7.

Přesnídávka : Meruňkový šáteček 1ks, mléko 200ml /1,3,7

Svačina : Houska kolínská 60g, máslo 10g, mozzarella 20g, zelenina 50g /1,7

Středa 27.7.

Přesnídávka : Kváskový chléb 60g, máslo 10g, sýr 20g, ovoce 50g /1,7

Svačina : Houska Bandur 60g, pomazánka z červené řepy 30g, zelenina 50g /1,6,7,8

Čtvrtek 28.7.

Přesnídávka : Vícezrný chléb 60g, šunková pěna 30 g, ovoce 50g /1,7

Svačina : Houska natura 60g, pomazánka brokolicová 30g /1,7

Pátek 29.7.

Přesnídávka : Krupicová kaše sypaná kakaem 150ml /1,7,8

Svačina : Zálabský rohlík 60g, sardinková pomazánka 30g, zelenina 50g /1,4,6,7



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost