

DĚTSKÁ SKUPINA JAHODA ČERNÝ MOST

JÍDELNÍČEK



Pátek 1. listopad

Polévka

Kulajda/1,3,7

brambory*cibule*mléko*smetana*kopr*mouka*vejce*houby

1. Optimum

Karlovarský krůtí guláš, kolínka /1,3,7

krůtí maso*cibule*paprika mletá*smetana*mouka*těstoviny kolínka

Pondělí 4. listopad

Polévka

Brokolicový krém /1,7,9

brokolice*brambory*cibule*mrkev*celer* mouka* smetana*mléko

1. Optimum

Hovězí po Znojemsku, parboiled rýže/1,7,10

hovězí zadní*hořčice*cibule*máslo*mouka*rýže parboiled

Úterý 5. listopad

Polévka

Česneková s vejcem a bramborem/1,3,7

česnek*cibule*brambory*kmín*vejce*mouka*mléko

1. Optimum

Šoulet, sázené vejce, okurka / 1,3,7,10 VEGETARIAN

Hrách*kroupy ječné*česnek*majoránka*cibule*máslo*vejce*okurka

Středa 6. listopad

Polévka

Hovězí vývar s nudlemi /1,3,9

Hovězí*cibule*mrkev*celer*bylinky*těstoviny - nudle

1. Optimum

Kuřecí stripsy, mačkaný brambor, salát /1,3,7

Kuřecí maso*mouka*strouhanka*vejce*brambory*máslo*zelenina*kurkuma

DĚTSKÁ SKUPINA JAHODA ČERNÝ MOST

JÍDELNÍČEK



Čtvrtek 7. listopad

Polévka

Fazolová /1,7

*cibule*mléko*smetana*fazole*česnek*mouka*olej*

1. Optimum

Hamburská kýta, houskový knedlík /1,3,7,9,10

*vepřové maso*paprika sladká*máslo*mléko*cibule*smetana*celer*petržel*hořčice*okurky*ocet*mouka*kvasnice*vejce*

Pátek 8. listopad

Polévka

Vegetariánská gulášovka se sójou /1,6,9

*Brambory*cibule*sója*olej*česnek*paprika sladká*mouka*

1. Optimum

Rakouský Gormknodel s vanilkovým krémem, mák /1,3,7 VEGETARIAN

*Mouka*kvasnice*vejce*cukr*povidla*mák*cukr*máslo*mléko*vanilkový pudink*

Pondělí 11. listopad

Polévka

Dýňový krém/1,7,9

*Dýně*cibule*mrkev*celer*petržel*koření*mouka*smetana*mléko*kurkuma*

1. Optimum

Celozrně obalované rybí filé, mačkaný brambor /1,3,4,7,11

*treska filé*mouka*vejce*strouhanka*brambory*máslo*sezam*kurkuma*

Úterý 12. listopad

Polévka

Česnekový krém /1,7

*brambory*česnek*smetana*mléko*cibule*mouka*

1. Optimum

Pasta Alfredo s kuřecím masem /1,3,7

*Těstoviny*máslo*česnek*smetana*parmezán*kuřecí maso*olivový olej*

DĚTSKÁ SKUPINA JAHODA ČERNÝ MOST

JÍDELNÍČEK



Středa 13. listopad

Polévka

Boršč /1,9

Brambory*celer*cibule*mrkev*rajčata*červená řepa*zelí*hovězí maso*fazole*rajský protlak*koření*mouka

1. Optimum

Zadělávané zelené fazolky na smetaně, vejce, brambory /1,3,7 VEGETARIAN

Zelené fazolky*smetana*mouka*mléko *vejce* brambory*máslo*kurkuma

Čtvrtek 14. listopad

Polévka

Hrstková /9

cibule*česnek*hnědá a červená čočka*mrkev*celer*fazole*hrášek

1. Optimum

Kuřecí po Sečuánsku s basmati rýží/ 6,11

Kuřecí maso*cibule*brokolice*mrkev*bambusové výhonky*pórek*sezam*sójová omáčka*solamyl*rýže basmati

Pátek 15. listopad

Polévka

Zeleninový krém s červenou řepou /1,7,9

mrkev*celer*petržel*cibule*červená řepa*mouka*mléko*smetana

1. Optimum

Hovězí maso, rajská omáčka, houskový knedlík /1,3,7,9

hovězí maso* rajčata a protlak*cibule*mrkev*celer*koření*kvasnice*mouka*vejce*mléko

Pondělí 18. listopad

Polévka

Rajská s krupkami / 1,3,7

sekaná rajčata*rajský protlak*cibule*máslo*mouka*kroupy

1. Optimum

Kung Pao, jasmínová rýže/1,5,6

kuřecí prsa*arašidy*pórek*Kikkoman sójová omáčka*cibule*červená paprika*balsamico*jasmínová rýže

DĚTSKÁ SKUPINA JAHODA ČERNÝ MOST

JÍDELNÍČEK



Úterý 19. listopad

Polévka

Bramborová s quinoa/1,9

*brambory*quinoa*cibule*mrkev*celer*petržel*

1. Optimum

Koprová omáčka s vejcem, mačkaný brambory /1,3,7 VEGETARIAN

*kopr*mléko*smetana*mouka*vejce*brambory*máslo*kurkuma*

Středa 20. listopad

Polévka

Kuřecí vývar s tarhoní /1,3,9

*kuřecí*cibule*mrkev*celer*bylinky*těstoviny - tarhoně*

1. Optimum

Halušky se zelím s vepřovým masem /1,3,7

*vepřové maso*zelí*mouka*brambory*sádlo*cibule*vejce*

Čtvrtek 21. listopad

Polévka

Česneková s vejcem a bramborem/3

*česnek*cibule*brambory*kmín*vejce*

1. Optimum

Hovězí na česneku, špenát, bramborový knedlík /1,3,7

*Hovězí maso*cibule*kmín *špenát*brambory*vejce*mouka*

Pátek 22. listopad

Polévka

Hrachová /7

*žlutý hrách*cibule*česnek*majoránka *smetana*mléko*

1. Optimum

Domácí těstoviny s mákem a perníkem /1,3,7 VEGETARIAN

*těstoviny kolínka*mák*perník strouhaný*cukr*máslo*

DĚTSKÁ SKUPINA JAHODA ČERNÝ MOST

JÍDELNÍČEK



Pondělí 25. listopad

Polévka

Hráškový krém/1,7

*zelený hrášek*cibule*olej*mouka*mléko*smetana*

1. Optimum

Filé na másle, brambory, červená řepa /1,4,7

*treska filé*máslo*bylinky*brambory*červená řepa*kurkuma*

Úterý 26. listopad

Polévka

Cibulačka s pohankou a bramborem /1,3,9

*brambory*cibule*pohanka*mrkev*celer*česnek*kmín*vejce*petržel*

1. Optimum

Brokolicové placičky s červenou čočkou, bramborová kaše /1,3,7 VEGETARIAN

*brokolice*vejce*červená čočka*cibulka*brambory*mléko*bylinky*ovesné vločky*chia semínka*kurkuma*

Středa 27. listopad

Polévka

Hovězí vývar s játrovým kapáním a nudlemi/1,3,9

*Hovězí kosti*vepřová játra*cibule*mrkev*celer*bylinky*strouhanka*vejce*česnek*nudle*

1. Optimum

Vepřové kousky, dušená kapusta, brambory / 1,7

*vepřové maso*kmín*kapusta*česnek*cibule*máslo*mouka*brambory*kurkuma*

Čtvrtek 28. listopad

Polévka

Z červené čočky a rajčat/1,7

*červená čočka*rajčata*cibule*česnek*majoránka*mouka*mléko*

1. Optimum

Kuřecí v kokosové omáčce s koriandrem, rýže jasmínová /1,7,8

*kuřecí prsa*cibule*česnek*zázvor*olej*červená kari pasta*kokosové mléko*mrkev*brokolice*cukr*citr. šťáva*smetana*mouka*koriandr*rýže jasmínová*

DĚTSKÁ SKUPINA JAHODA ČERNÝ MOST

JÍDELNÍČEK



Pátek 29. listopad

Polévka

Selská zelňačka/1,7

*cibule*brambory*zelí*smetana*mléko*paprika sladká*mouka*vepřové maso*

1. Optimum

Staročeský hovězí guláš, špecle /1,3,7

*hovězí maso*cibule*česnek*koření*rajský protlak* mouka*vejce*mléko*olej*
