Dětská skupina Jahoda Černý Most

JÍDELNÍČEK ŘÍJEN

Čtvrtek 1. října

Přesnídávka 1

Dýňový toast, máslo, šunka, ovoce /1a,b,c,d,e,f,7,11,13

*chléb toustový dýňový*máslo*sezónní ovoce*šunka*

Svačina 1

Domácí kakaový termix, ovoce /1a,b,c,d,7

*sezónní ovoce*mléko*tvaroh*pudink*kakao*cukr*

Pátek 2. října

Přesnídávka 1

Kváskový chléb, vajíčková pomazánka, ovoce /1a,b,c,d,3,7,10

*chléb kváskový*sezónní ovoce*vejce*čerstvý sýr*pomazánkové máslo*hořčice*

Svačina 1

Korn rohlík, máslo, šunka, zelenina /1a,b,c,d,e,7,11

*máslo*korn rohlík*šunka*sezónní zelenina*

Pondělí 5. října

Přesnídávka 1

Jogurt bílý s ovocným musli, ovoce /1d,7,12

*jogurt bílý*ovesné vločky*brusinky*rozinky*sušená jablka kostičky*sušené meruňky*fíková a datlová pasta*cukr*máslo*sezónní ovoce*

Svačina 1

Uzlík Cezar, máslo, čedar, zelenina /1a,b,c,d,7

*máslo*uzlík Cezar*sýr Čedar*sezónní zelenina*

Úterý 6. října

Přesnídávka 1

Chléb Bonvital, pomazánkové máslo, ovoce /1a,b,c,d,e,3,6,7

*pomazánkové máslo*sezónní ovoce*

Svačina 1

Cuketová buchta, mléko /1a,b,3,6,7,8

*mouka*cuketa*kakao*dýňová semínka*mléko*máslo*vejce*jedlá soda*cukr*mléko čerstvé*

Jahoda, z. ú.
Vybíralova 969/2, 198 00, Praha 9 - Černý Most
IČ: 67363300

+420 733 738 121
info@jahoda.cz
www.jahoda.cz

Jahoda rodina

Dětská skupina Jahoda Černý Most

Středa 7. října

Přesnídávka 1

Dýňový toast, máslo, mozzarella, ovoce /1a,b,c,d,e,f,7,11,13

*chléb toustový dýňový*máslo*sezónní ovoce*sýr Mozzarella*

Svačina 1

Houska Kolínská, avokádová pomazánka, ovoce /1a,7

*houska Kolínská*avokádo*čerstvý sýr*pomazánkové máslo*sezónní zelenina*

Čtvrtek 8. října

Přesnídávka 1

Kváskový chléb, makrelová pomazánka, zelenina /1a,b,c,d,3,4,7

*chléb kváskový*makrela ve vlastní šťávě*čerstvý sýr*pomazánkové máslo*sezónní zelenina*

Svačina 1

Rýžová kaše s mangem, ovoce /7

*sezónní ovoce*rýže jasmínová*mango*mléko*kokosové mléko*smetana*cukr*

Pátek 9. října

SANITÁRNÍ DEN

Pondělí 12. října

Přesnídávka 1

Jogurt bílý s kokosovým musli, ovoce /1d,7,12

*jogurt bílý*ovesné vločky*kokos strouhaný*rozinky*sušená jablka kostičky*bílá čokoláda*cukr*máslo*sezónní ovoce*

Svačina 1

Houska Natura, ricotta, zelenina /1a,7

*houska Natura*sýr Ricotta*sezónní zelenina*

Úterý 13. října

Přesnídávka 1

Žitný chléb, máslo, šunka, ovoce /1a,b,c,7

*chléb Pšenično žitný*máslo*sezónní ovoce*šunka*

Svačina 1

Koláč Rafaelo, mléko /1a,b,3,7

*mléko čerstvé*mouka*mléko*vejce*máslo*olej*smetana*kokos*prášek do pečiva*

Jahoda, z. ú.
Vybíralova 969/2, 198 00, Praha 9 - Černý Most
IČ: 67363300

+420 733 738 121
info@jahoda.cz
www.jahoda.cz

Jahoda rodina

Dětská skupina Jahoda Černý Most

Středa 14. října

Přesnídávka 1

Kváskový chléb, ředkvičková pomazánka, ovoce /1a,b,c,d,3,7

*chléb kváskový*sezónní ovoce*

Svačina 1

Korn rohlík, makrelová pomazánka, zelenina /1a,b,c,d,e,4,7,11

*makrela ve vlastní šťávě*čerstvý sýr*pomazánkové máslo*korn rohlík*sezónní zelenina*

Čtvrtek 15. října

Přesnídávka 1

Světlý toast, pomazánka ala humr, zelenina /1a,b,c,d,6,7,9

*chléb Toustový Světlý*mrkev*celer*citrón*čerstvý sýr*pomazánkové máslo*sezónní zelenina*

Svačina 1

Vanilkový pudink, piškoty, ovoce /1a,b,c,d,3,7

*sezónní ovoce*dětské piškoty*mléko*vanilkový pudink*cukr*

Pátek 16. října

Přesnídávka 1

Chléb Bonvital, vajíčková pomazánka, ovoce /1a,b,c,d,e,3,6,7,10

*sezónní ovoce*vejce*čerstvý sýr*pomazánkové máslo*hořčice*

Svačina 1

Houska Bandur, máslo, šunka, zelenina /1a,b,c,d,e,7,11

*houska Bandur*máslo*šunka*sezónní zelenina*

Pondělí 19. října

Přesnídávka 1

Jogurt bílý s ořechovým musli, ovoce /1d,6,7,8,8c,12

*jogurt bílý*ovesné vločky*vlašské ořechy*rozinky*slunečnicová semínka*čokoláda*cukr*máslo*sezónní ovoce*

Svačina 1

Uzlík Cezar, máslo, šunka, zelenina /1a,b,c,d,3,7

*uzlík Cezar*šunka*sezónní zelenina*

Úterý 20. října

Přesnídávka 1

Žitný chléb, čerstvý sýr, ovoce /1a,b,c,7

*chléb Pšenično žitný*sezónní ovoce*čerstvý sýr Žervé*

Svačina 1

Koláč Makovec, mléko /1a,3,7

*mouka*mák*mléko*máslo*vejce*citrón*jedlá soda*cukr*mléko čerstvé*

Jahoda, z. ú.
Vybíralova 969/2, 198 00, Praha 9 - Černý Most
IČ: 67363300

+420 733 738 121
info@jahoda.cz
www.jahoda.cz

Jahoda rodina

Dětská skupina Jahoda Černý Most

Středa 21. října

Přesnídávka 1

Chléb Bonvital, bulharská pomazánka, ovoce /1a,b,c,d,e,6,7,10

*sezónní ovoce*kuřecí stehenní*čerstvý sýr*pomazánkové máslo*okurky sterilizované*cibule*hořčice*kečup*

Svačina 1

Slané semínkové krekry, hummus, zelenina /1a,e,11

*cizrna*pasta sezamová Tahini*cibule*česnek*citrón*cukr*mouka špaldová*dýňová semínka*lněná semínka*sezamová semínka*slunečnicová semínka*olej*prášek do pečiva*sezónní zelenina*

Čtvrtek 22. října

Přesnídávka 1

Kváskový chléb, sardinková pomazánka, zelenina /1a,b,c,d,3,4,7

*chléb kváskový*sardinky ve vlastní šťávě*čerstvý sýr*pomazánkové máslo*sezónní zelenina*

Svačina 1

Ovesná kaše s datlemi, ovoce /1d,7

*ovesné vločky*mléko*datle*cukr*kakao*sezónní ovoce*

Pátek 23. října

Přesnídávka 1

Knackebrot, hummus, ovoce /1a,b,c,d,7,11

*cizrna*pasta sezamová Tahini*cibule*česnek*citrón*cukr*pečivo Knackebrot*sezónní ovoce*

Svačina 1

Houska Bandur, bylinková Lučina, zelenina /1a,b,c,d,e,7,11

*houska Bandur*sýr Lučina*bylinky*sezónní zelenina*

Pondělí 26. října

Přesnídávka 1

Jogurt bílý s ovocným musli, ovoce /1d,7,12

*jogurt bílý*ovesné vločky*brusinky*rozinky*sušená jablka kostičky*sušené meruňky*fíková a datlová pasta*cukr*máslo*sezónní ovoce*

Svačina 1

Houska Natura, sýr Eidam, zelenina /1a,7

*houska Natura*máslo*sýr Eidam*sezónní zelenina*

Úterý 27. října

Přesnídávka 1

Kváskový chléb, veganská paštika, ovoce /1a,b,c,d,3,6,7,11

*chléb kváskový*sezónní ovoce*tempeh*cibule*olivový olej*pasta sezamová Tahini*koření Hubert*majoránka*

Svačina 1

Tvarohový koláč s drobenkou, mléko /1a,b,c,d,3,7

mléko čerstvé

Jahoda, z. ú.
Vybíralova 969/2, 198 00, Praha 9 - Černý Most
IČ: 67363300

+420 733 738 121
info@jahoda.cz
www.jahoda.cz

Jahoda rodina

Dětská skupina Jahoda Černý Most

Středa 28. října

Státní svátek

Čtvrtek 29. října

Přesnídávka 1

Termix, ovoce /7

*sezónní ovoce*tvaroh*smetana*cukr*

Svačina 1

Tvaroháček, piškoty, ovoce /1a,b,c,d,3,7

*sezónní ovoce*dětské piškoty*tvaroh*smetana*citrón*cukr*

Pátek 30. října

Přesnídávka 1

Žitný chléb, okurková pomazánka s koprem, zelenina /1a,b,c,7

*chléb Pšenično žitný*okurky salátové*kopr*čerstvý sýr*pomazánkové máslo*česnek*sezónní zelenina*

Svačina 1

Houska Kolínská, vajíčková pomazánka, zelenina /1a,3,7,10

*houska Kolínská*vejce*čerstvý sýr*pomazánkové máslo*hořčice*sezónní zelenina*

Jahoda, z. ú.
Vybíralova 969/2, 198 00, Praha 9 - Černý Most
IČ: 67363300

+420 733 738 121
info@jahoda.cz
www.jahoda.cz

Jahoda rodina