

DĚTSKÁ SKUPINA JAHODA ČERNÝ MOST

JÍDELNÍČEK



Pondělí 2. června

Přesnídávka 1: Jablečné pyré 150g, piškoty 20g, ovoce 50g /1a,b,c,d,3

*Pyré*piškoty*ovoce*

Svačina 1: Žitný chléb 60g, čerstvý sýr 30g, zelenina 50g/1a,b,c,d,7

*chléb*čerstvý sýr*zelenina*

Úterý 3. června

Přesnídávka 1: Kváskový chléb 60g, pomazánka z červené řepy „Barbie“ 30g, ovoce 50g/

1a,b,c,d,7,8 a,b,c,d,e

*chléb*pomazánkové máslo*červená řepa*vlašské ořechy*ovoce*

Svačina 1: Vázaný koláč s makovou náplní 60g, mléko 200ml / 1a,b,c,d,3,7

*Koláč*mléko*

Středa 4. června

Přesnídávka 1: Korn rohlík 60g, lososová pomazánka 30g, ovoce 50g / 1a,b,c,d,4,6,7

*Rohlík*losos*pomazánkové máslo*žervé*ovoce*

Svačina 1: Houska Bandur 60g, bulharská pomazánka 30g, zelenina 50g /1a,b,c,d,,6,7,10

*Houska *pomazánkové máslo*hořčice*cibule*kečup*okurka*kuřecí maso*žervé*zelenina*

Čtvrtek 5. června

Přesnídávka 1: Kváskový chléb 60g, vajíčková pomazánka 30g, zelenina 50g/ 1a,b,c,d,3,7,10

*chléb*pomazánkové máslo*vejce*hořčice*žervé*zelenina*

Svačina 1: Ovesná kaše s jablíčky a skořicí 150 ml / 1a,b,c,d,7

*vločky*mléko*cukr*jablíčka*skořice*

Pátek 6. června

Přesnídávka 2: Dýňový toast 60g, máslo 10g, čedar 20g, ovoce 50g / 1a,b,c,d,7,11,13

*toast*máslo*čedar*ovoce*

Svačina 1: Houska Natura 60g, máslo 10g, šunka 20g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,7

*houska*máslo*šunka*zelenina*

DĚTSKÁ SKUPINA JAHODA ČERNÝ MOST

JÍDELNÍČEK



Pondělí 9. června

Přesnídávka 1: Čokokuličky 50g, mléko 200ml /1a,b,c,d,7

*Čokokuličky*mléko*

Svačina 1: Houska kolínská 60g, máslo 10g, šunka 20g, zelenina 50g/ 1a,b,c,d,7

*Houska*máslo*šunka*zelenina*

Úterý 10. června

Přesnídávka 1: Kváskový chléb 60g, makrelová pomazánka 30g, ovoce 50g/ 1a,b,c,d,4,7

*chléb*pomazánkové máslo*sardinky*žervé*ovoce*

Svačina 1: Domácí prošívaná deka 80g, mléko 200ml / 1a,b,c,d,3,7

*Mouka*mléko*cukr*vejce*kakao*olej*tvaroh*

Středa 11. června

Přesnídávka 1: Knackebrot 2ks, hrášková pomazánka s mátou 30g, ovoce 50g /1a,b,c,d,7

*knackebrot*máta*hrášek*žervé*citrón*pomazánkové máslo*

Svačina 1: Uzlík Caesar 60g, pomazánka z pečeného kuřete 30g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,7

*Uzlík *pomazánkové máslo*pečené kuře*žervé*zelenina*

Čtvrtek 12. června

Přesnídávka 1: Světlý toast 60g, pomazánka zeleninová ala humr 30g, zelenina 50g /1a,b,c,d,6,7,9

*toast*pomazánkové máslo*mrkev*celer*citrón*zelenina*

Svačina 1: Čokoládový pudink 150ml, piškoty 20g, ovoce 50g/ 1a,b,c,d,3,7,8 a,b,c,d,e

*Mléko*piškoty*pudink*ovoce*

Pátek 13. června

Přesnídávka 1: Zálabský rohlík 60g, pomazánka „Šmoula“ s vodnicí 30g, ovoce 50g/1a,b,c,d,6,7

*rohlík*pomazánkové máslo*řepa vodnice*spirulina*ovoce*

Svačina 1: Žitný chléb 60g, čerstvý sýr 30g, zelenina 50g/1a,b,c,d,7

*Toast*čerstvý sýr*zelenina*

DĚTSKÁ SKUPINA JAHODA ČERNÝ MOST

JÍDELNÍČEK



Pondělí 16. června

Přesnídávka 1: Pribináček 80g, ovoce 50g /1a,b,c,d,7,8 a,b,c,d,e

*Pribináček*ovoce*

Svačina 1: Houska Natura 60g, brokolicev pomazánka 30g, zelenina 50g /1a,b,c,d,7

*houska*olej*pomazánkové máslo*brokolice*zelenina*česnek*

Úterý 17. června

Přesnídávka 1: Kváskový chléb 60g, tuňáková pomazánka 30g, zelenina 50g /1a,b,c,d,4,7

*chléb*tuňák*pomazánkové máslo*žervé*zelenina*

Svačina 1: Kolínská brioška s mandlí 60g, mléko 200 ml /1a,b,c,d,3,7,8 a,b,c,d,e

*Brioška*mléko*

Středa 18. června

Přesnídávka 1: Korn rohlík 60g, mrkvičková pomazánka 30g, ovoce 50g /1a,b,c,d,6,7

*rohlík*gervais *pomazánkové máslo*mrkev*ovoce*

Svačina 1: Houska Bandur 60g, bulharská pomazánka 30g, zelenina 50g /1a,b,c,d,6,7,10

*Houska *pomazánkové máslo*hořčice*cibule*kečup*okurka*kuřecí maso*žervé*zelenina*

Čtvrtek 19. června

Svačina 1: Celozrnný toast 60g, veganská paštika 30g, zelenina 50g /1a,b,c,d,6,11,13

*toast*cibule*tempeh*olej*tahini*majoránka*zelenina*

Svačina 1: Rýžová kaše se švestkami 150 ml, ovoce 50g /1a,b,c,d,7

*rýže*mléko*cukr*švestky*skořice*

Pátek 20. června

Přesnídávka 1: Kukuřičné tyčinky 3ks, hummus ala svíčková 30g, ovoce 50g /1a,b,c,d,9,11

*Kukuřičné tyčinky*cizrna*tahini*česnek*mrkev*celer*ovoce*

Svačina 1: Žitný chléb 60g, mrkvičková pomazánka 30g, zelenina 50g /1a,b,c,d,7

*chléb*pomazánkové máslo *žervé*mrkev*zelenina*

DĚTSKÁ SKUPINA JAHODA ČERNÝ MOST

JÍDELNÍČEK



Pondělí 23. června

Přesnídávka 1: Termix 90g, ovoce 50g / 7,8 a,b,c,d,e

*Termix*ovoce*

Svačina 1: Houska kolínská 60g, máslo 10g, šunka 20g, zelenina 50 g / 1 a,b,c,d,7

*Houska*máslo*šunka*zelenina*

Úterý 24. června

Přesnídávka 1: Kváskový chléb 60g, sardinková pomazánka 30g, ovoce 50g / 1 a,b,c,d,4,7

*chléb*pomazánkové máslo*sardinky*žervé*ovoce*

Svačina 1: Domácí ovocná bublanina 80g, mléko 200ml / 1 a,b,c,d,3,7,

*Mouka*vejce*mléko*ovoce*cukr*

Středa 25. června

Přesnídávka 1: Dýňový toast 60g, pomazánka z pečené zeleniny 30g, ovoce 50g / 1 a,b,c,d,7,11,13

*Toast*pomazánkové máslo*ajvar*žervé*ovoce*

Svačina 1: Zálabský rohlík 60g, máslo 10g, 1/2 vejce, zelenina 50g / 1 a,b,c,d,3,6,7

*rohlík*máslo*vejce*zelenina*

Čtvrtek 26. června

Přesnídávka 1: Žitný chléb 60g, okurková pomazánka s koprem 30g, zelenina 50g / 1 a,b,c,d,7

*Chléb*okurka*kopr*pomazánkové máslo*česnek*zelenina*

Svačina 1: Vanilkový pudink 150ml, piškoty 20g, ovoce 50g / 1a,b,c,d,3,7

*Mléko*piškoty*pudink*ovoce*

Pátek 27. června

Přesnídávka 1: Kukuřičný plátek 2ks, pomazánka z červené čočky a ajvaru 30g, ovoce 50g / 1 a,b,c,d,7

*plátek*pomazánkové máslo*červená čočka*ajvar*ovoce*

Svačina 1: Uzlík Caesar 60g, šunková pěna 30g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,7

*Uzlík*šunka*pomazánkové máslo*žervé*zelenina*