

DĚTSKÁ SKUPINA JAHODA ALBERTOV

JÍDELNÍČEK



Středa 1.3.

Přesnídávka - Kváskový chléb 60g, okurková pomazánka s koprem 30g, ovoce

Hlavní jídlo - Vepřové po Srbsku s divokou rýží, Polévka- Kuřecí vývar s tarhoní

Svačina - Uzlík Caesar 60g, vajíčková pomazánka 30g, zelenina

Čtvrtek 2.3.

Přesnídávka - Čokoládový pudink 150ml, piškoty 20g, ovoce 50g

Hlavní jídlo - Dušená mrkvička s hráškem, vejce, brambory, Polévka - Z červené čočky a rajčat

Svačina - Dýňový toast 60g, pomazánka z pečené zeleniny 30g, zelenina

Pátek 3.3.

Přesnídávka - Žitný chléb 60g, pomazánka z červené čočky 30g, ovoce

Hlavní jídlo - Koprová omáčka s hovězím, pohankový knedlík, Polévka - Kapustová s brambůrkem

Svačina - Zálabský rohlík 60g, máslo 10g, 1/2 vejce, zelenina 50g

Pondělí 6.3.

Přesnídávka - Cornflakes 50g, mléko 200 ml, ovoce

Hlavní jídlo - Lososové nugety, mačkaný brambor, Polévka - Rajská s krupkami

Svačina - Houska Natura 60g, máslo 10g, čedar 20g, zelenina 50g

Úterý 7.3.

Přesnídávka - Domácí jablečný štrůdl 80g, mléko 200ml

Hlavní jídlo - Moravský vrabec, zelí, bramborový knedlík, Polévka - Bramborová s quinoa

Svačina - Rýžový plátek 2ks, bylinková lučina 30g, zelenina 50g

DĚTSKÁ SKUPINA JAHODA ALBERTOV

JÍDELNÍČEK



Středa 8.3.

Přesnídávka - Kváskový chléb 60g, zeleninová pomazánka 30g, ovoce 50g

Hlavní jídlo - Butter tofu s cizrnou, basmati rýže, Polévka- Hovězí vývar s nudlemi

Svačina - Houska Bandur 60g, bulharská pomazánka 30g, zelenina 50g

Čtvrtek 9.3.

Přesnídávka - Domácí mango termix 150ml, ovoce 50g

Hlavní jídlo - Kuřecí po Burgundsku, mačkaný brambor, Polévka – Fazolová

Svačina - Světlý toast 60g, pažitková pomazánka 30g, zelenina 50g

Pátek 10.3.

Přesnídávka - Žitný chléb 60g, vajíčková pomazánka 30g, ovoce 50g

Hlavní jídlo - GORMKNODEL s vanilkovým krémem, mák, Polévka - Selská zelňačka

Svačina - Kukuřičný plátek 2ks, veganská paštika 30g, zelenina 50g

Pondělí 13.3.

Přesnídávka - Bílý jogurt 150g, ořechové musli 20g, ovoce 50g

Hlavní jídlo - Kung Pao, jasmínová rýže, Polévka – Hráškový krém

Svačina - Houska kolínská 60g, máslo 10g, šunka 20g, zelenina 50g

DĚTSKÁ SKUPINA JAHODA ALBERTOV

JÍDELNÍČEK



Úterý 14.3.

Přesnídávka - Šáteček s povidlovou náplní 60 g, mléko 200ml

Hlavní jídlo - Koprová omáčka s vejcem, mačkaný brambory, Polévka - Bramborová s kroupami

Svačina - Korn rohlík 60g, tuňáková pomazánka 30g, ovoce 50g

Středa 15.3.

Přesnídávka - Kváskový chléb 60g, ředkvičková pomazánka 30g, ovoce 50g

Hlavní jídlo - Špagety Amatriciana, Polévka - Hovězí vývar s rýží

Svačina - Uzlík Caesar 60g, vajíčková pomazánka 30g, zelenina 50g

Čtvrtek 16.3.

Přesnídávka - Chléb Bonvital 60g, pomazánkové máslo 30g, ovoce 50g

Hlavní jídlo - Pečené kuře, petrželkový brambor, salát, Polévka - Čočková polévka

Svačina - Celozrnný toast 60g, liptovská pomazánka 30g, zelenina 50g

Pátek 17.3.

Přesnídávka - Knackebrot 2ks, hummus 30g, ovoce 50g

Hlavní jídlo - Kuřecí s čedarovou omáčkou, fusilli, Polévka - Zelňačka s bramborem

Svačina - Zálabský rohlík 60g, máslo 10g, eidam 20g, zelenina 50g

DĚTSKÁ SKUPINA JAHODA ALBERTOV

JÍDELNÍČEK



Pondělí 20.3.

Přesnídávka - Bílý jogurt 150g, jablečné pyré 30g, ovoce 50g

Hlavní jídlo - Indická rybí KORMA, basmati rýže/4,7,8 kokos, Polévka - Mrkvičkový krém

Svačina - Houska Natura 60g, máslo 10g, čedar 20g, zelenina

Úterý 21.3.

Přesnídávka - Domácí brownies s malinami 60g, mléko 200ml

Hlavní jídlo - Krůtí sekaná s červenou čočkou, mačkaný brambor, kompot, Polévka - Bramborová s pohankou

Svačina - Korn rohlík 60g, makrelová pomazánka 30g, zelenina 50g

Středa 22.3.

Přesnídávka - Kváskový chléb 60g, brokolicevá pomazánka 30g, ovoce 50g

Hlavní jídlo - Špagety POMODORO, mozzarella, Polévka - Gulášová

Svačina - Houska Bandur 60g, pomazánka z pečeného kuřete se zeleninou 30g, zelenina

DĚTSKÁ SKUPINA JAHODA ALBERTOV

JÍDELNÍČEK



Čtvrtek 23.3.

Přesnídávka - Jahodový pudink 150 ml, piškoty 20g, ovoce 50g

Hlavní jídlo - Sladké kynuté knedlíky s ovocem, cukrem a máslem, Polévka - Hrstková

Svačina - Dýňový toast 60g, bylinkové lučina 30g, zelenina 50g

Pátek 24.3.

Přesnídávka - Žitný chléb 60g, vajíčková pomazánka 30g, ovoce 50g

Hlavní jídlo - Vepřový guláš s červenou paprikou, bramborový knedlík, Polévka - Česneková s vejcem a bramborem

Svačina - Kukuřičný plátek 2 ks, tvarohová pomazánka s droždím a sýrem 30g, zelenina

Pondělí 27.3.

Přesnídávka - Ovocný jogurt 150g, ovoce 50g

Hlavní jídlo - Milánské kuřecí špagety se sýrem, Polévka - Zeleninový krém s červenou řepou

Svačina - Houska kolínská 60g, máslo 10g, šunka 20g, zelenina 50 g

Úterý 28.3.

Přesnídávka - Kolínský koláč s tvarohovou náplní 60g, mléko 200ml/

Hlavní jídlo - Hovězí v hořčičné omáčce, rýže, Polévka - Bramborová s hráškem

Svačina - Korn rohlík 60g, sardinková pomazánka 30g, zelenina 50g

DĚTSKÁ SKUPINA JAHODA ALBERTOV

JÍDELNÍČEK



Středa 29.3.

Přesnídávka - Kváskový chléb 60g, ajvar pomazánka 30g, ovoce 50g

Hlavní jídlo - Fusilli se špenátovou omáčkou, Polévka - Kuřecí vývar s písmenky

Svačina - Uzlík Caesar 60g, vajíčková pomazánka 30g, zelenina 50g

Čtvrtek 30.3.

Přesnídávka - Chléb Bonvital 60g, pomazánkové máslo 30g, ovoce 50g

Hlavní jídlo - Čínské sójové nudličky, jasmínová rýže, Polévka - Toskánská fazolová

Svačina - Celozrnný toast 60g, špenátová pomazánka 30g, zelenina 50g

Pátek 31.3.

Přesnídávka - Kukuřičný plátek 2ks, hummus 30g, ovoce 50g

Hlavní jídlo - Vepřová sekaná s kapustou, mačkaný brambor, okurka, Polévka - Vegetariánská gulášovka s pohankou

Svačina - Zálabský rohlík 60g, máslo 10g, mozzarella 20g, zelenina 50g