

DĚTSKÁ SKUPINA JAHODA ALBERTOV

JÍDELNÍČEK



Pondělí 6.1.

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

Hlavní jídlo - Kuřecí stripsy, mačkaný brambor, okurka /1a,b,c,d,3,7,10

Polévka - Květáková s hráškem /1 a,b,c,d,7

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

Úterý 7.1.

Přesnídávka - Korn rohlík 60g, sardinková pomazánka 30g, zelenina 50g /1 a,b,c,d,4,6,7

Hlavní jídlo - Koprová omáčka s vejcem, mačkaný brambory /1 a,b,c,d,3,7

Polévka - Bramborová s quinoa /1 a,b,c,d,9

Svačina - Kolínský koláč s meruňkovou náplní 60g, mléko 200ml / 1 a,b,c,d,3,7

Středa 8.1.

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

Hlavní jídlo - Kuřecí kousky se zelenými fazolkami, mačkané brambory /1 a,b,c,d,7

Polévka - Kuřecí vývar s tarhoní /1 a,b,c,d,3,9

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

Čtvrtek 9.1.

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

Hlavní jídlo - Staročeská lepenice, sázené vejce / 1 a,b,c,d,3,7

Polévka- Čočková polévka /1 a,b,c,d

Svačina - Domácí mango termix 150ml, ovoce 50g / 1 a,b,c,d,7,8 a,b,c,d,e

DĚTSKÁ SKUPINA JAHODA ALBERTOV

JÍDELNÍČEK



Pátek 10.1.

Přesnídávka - Žitný chléb 60g, pomazánka z červené čočky a ajaru 30g, ovoce 50g /1 a,b,c,d,7

Hlavní jídlo - Karlovarský krutí guláš, kolínka /1 a,b,c,d,3,7

Polévka- Kulajda/1 a,b,c,d,3,7

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

Pondělí 13.1.

Přesnídávka - Cornflakes 50g, mléko 200 ml, ovoce 50g /1 a,b,c,d,7

Hlavní jídlo - Hovězí po Znojensku, parboiled rýže /1 a,b,c,d,7,10

Polévka - Brokolicový krém /1 a,b,c,d,7,9

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

Úterý 14.1.

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

Hlavní jídlo - Sójové Kung Pao, rýžové nudle /1 a,b,c,d,5,6

Polévka- Česneková s vejcem a bramborem /3

Svačina - Domácí jablečný štrúdl 60g, mléko 200ml / 1 a,b,c,d,3,7,8 a,b,c,d,e

Středa 15.1.

Přesnídávka - Kváskový chléb 60g, zeleninová pomazánka ala humr 30g,

ovoce 50g / 1 a,b,c,d,7,9

Hlavní jídlo - Lososové nugety, mačkaný brambor /1 a,b,c,d,3,4,7

Polévka - Hovězí vývar s nudlemi /1 a,b,c,d,3,9

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

DĚTSKÁ SKUPINA JAHODA ALBERTOV

JÍDELNÍČEK



Čtvrtek 16.1.

Přesnídávka - Světlý toast 60g, pažitková pomazánka 30g, zelenina 50g / 1 a,b,c,d,6,7,8 a,b,c,d,e

Hlavní jídlo - Hamburgská kýta, houskový knedlík /1a,b,c,d,3,7,9,10

Polévka - Fazolová /1a,b,c,d,7,

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

Pátek 17.1.

Přesnídávka - Žitný chléb 60g, vajíčková pomazánka 30g, ovoce 50g / 1 a,b,c,d,3,7,10

Hlavní jídlo - Špaldové buchtičky se šodó /1a,b,c,d,3,7

Polévka- Vegetariánská gulášovka se sójou /1a,b,c,d,6,9

Svačina - Kukuřičný plátek 2ks, veganská paštika 30g, zelenina 50g / 1 a,b,c,d,6,11

Pondělí 20.1.

Přesnídávka - Bílý jogurt 150g, ořechové musli 20g, ovoce 50g /1 a,b,c,d,7,8 a,b,c,d,e

Hlavní jídlo - Celozrnné obalované rybí filé, mačkaný brambor /1a,b,c,d,3,4,7,11

Polévka - Dýňový krém/1a,b,c,d,7,9

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

Úterý 21.1.

Přesnídávka - Korn rohlík 60g, makrelová pomazánka 30g, zelenina 50g/ 1 a,b,c,d,4,6,7

Hlavní jídlo - Pasta Alfredo s kuřecím masem, salát /1a,b,c,d,3,7

Polévka - Česnekový krém /1a,b,c,d,7

Svačina - Šáteček s povidlovou náplní 60g, mléko 200ml / 1 a,b,c,d,3,7

DĚTSKÁ SKUPINA JAHODA ALBERTOV

JÍDELNÍČEK



Středa 22.1.

Přesnídávka - Kváskový chléb 60g, pomazánka „Šmoula“ s vodnicí 30g, ovoce 50g /1a,b,c,d,6,7

Hlavní jídlo - Zadělávané zelené fazolky na smetaně, vejce, brambory /1a,b,c,d,3,7

Polévka - Gulášová/1a,b,c,d,9

Svačina - Zálabský rohlík 60g, máslo 10g, eidam 20g, zelenina 50g / 1 a,b,c,d,6,7

Čtvrtek 23.1.

Přesnídávka - Kukuřičné tyčinky 3ks, hummus s mrkvičkou 30g, zelenina 50g / 1 a,b,c,d,11

Hlavní jídlo - Marinované kuřecí stehno, basmati rýže /1a,b,c,d,6,10,11

Polévka - Hrstková /9

Svačina - Ovesná kaše se švestkami 150ml / 1 a,b,c,d,7

Pátek 24.1.

Přesnídávka - Celozrnný toast 60g, avokádo pomazánka 30g, ovoce 50g /1 a,b,c,d,6,7,11,13

Hlavní jídlo - Koprová omáčka s hovězím, pohankový knedlík/1a,b,c,d,3,7

Polévka- Zeleninový krém s červenou řepou /1a,b,c,d,7,9

Svačina - Uzík Caesar 60g, pomazánka kuřecí se zeleninou 30g, zelenina 50g/1 a,b,c,d,6,7

Pondělí 27.1.

Přesnídávka - Bílý jogurt 150g, jablečné pyré 30g, ovoce 50g /7,8 a,b,c,d,e

Hlavní jídlo - Čínské kuřecí nudličky, jasmínová rýže / 1a,b,c,d,5,6,8 a,b,c,d,e

Polévka- Rajská s těstovinovou rýží / 1a,b,c,d,3,7

Svačina - Houska Natura 60g, bylinková lučina 30g, zelenina 50g/ 1a,b,c,d,7

DĚTSKÁ SKUPINA JAHODA ALBERTOV

JÍDELNÍČEK



Úterý 28.1.

Přesnídávka - Kváskový chléb 60g, brokolicová pomazánka 30g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,7

Hlavní jídlo - Špagety Bolognese se sójovým masem, sýr /1a,b,c,d,3,6,7,9

Polévka - Bramborová s ovesnými vločkami /1a,b,c,d,9

Svačina - Domácí bublanina s ovocem 60g, mléko 200ml / 1 a,b,c,d,3,7

Středa 29.1.

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

Hlavní jídlo - Halušky se zelím s vepřovým masem / 1a,b,c,d,3,7

Polévka - Kuřecí vývar s tarhoní /1a,b,c,d,3,9

Svačina - Houska Bandur 60g, pomazánka z pečeného kuřete se zeleninou 30g, zelenina 50g
/1a,b,c,d,6,7

Čtvrtek 30.1.

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

Hlavní jídlo - Krůtí čevabčiči, bramborová kaše, salát/1a,b,c,d,3,7,10

Polévka- Česneková s vejcem a bramborem /3

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

Pátek 31.1.

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

Hlavní jídlo - Kolínka s mákem a perníkem / 1a,b,c,d,3,7

Polévka- Hrachová /1a,b,c,d,7

Svačina - Kukuřičné tyčinky 3ks, hummus ala svičková 30g, zelenina 50g / 1 a,b,c,d,9,11

DĚTSKÁ SKUPINA JAHODA ALBERTOV

JÍDELNÍČEK

