

# DĚTSKÁ SKUPINA JAHODA ALBERTOV

# JÍDELNÍČEK



## Pondělí 5.1.

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

**Polévka:** Špenátový krém /1a,b,c,d,7

**Hlavní jídlo:** Filé na kmíně, šťouchané brambory, teplá zelenina /4,7

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

## Úterý 6.1.

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

**Polévka:** Bramborový krém /1a,b,c,d,7,9

**Hlavní jídlo:** Obalovaný květák, mačkaný brambor, koprový dip / 1a,b,c,d,3,7

**Svačina:** Vanilkové pokušení 70g, mléko 200ml/ 1a,b,c,d,3,7

## Středa 7.1.

**Přesnídávka:** Kváskový chléb 60g, veganská paštika 30g, ovoce 50g / 1a,b,c,d,6,11

**Polévka:** Kuřecí vývar s jáhlami / 9

**Hlavní jídlo:** Zapečené sýrové těstoviny s kuřecím masem, ledový salát /1a,b,c,d,3,7

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

## Čtvrtek 8.1.

**Přesnídávka:** Celozrnný toast 60g, ajvar pomazánka 30g, zelenina 50g /1a,b,c,d,6,7,11,13

**Polévka:** Hrstkova /1 a,b,c,d,9

**Hlavní jídlo:** Indické cizrnové kari, basmati rýže /1 a,b,c,d,7,8 a,b,c,d,e

**Svačina:** Piškoty s kakaovou smetanou 150ml, ovoce 50g / 1a,b,c,d,3,7

# DĚTSKÁ SKUPINA JAHODA ALBERTOV

# JÍDELNÍČEK



## Pátek 9.1.

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

**Polévka:** Kulajda /1a,b,c,d,3,7

**Hlavní jídlo:** Karlovarský krůtí guláš, kolínka /1a,b,c,d,3,7

**Svačina:** Korn rohlík 60g, špenátová pomazánka 30g, zelenina 50g /1a,b,c,d,7

## Pondělí 12.1.

**Přesnídávka:** Bílý jogurt 150g, musli s ořechy 20 g, ovoce 50g /1a,b,c,d,7,8,a,b,c,d,e

**Polévka:** Brokolicový krém /1a,b,c,d,7

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

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

## Úterý 13.1.

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

**Polévka:** Česnekový krém /1a,b,c,d,7

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

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

## Středa 14.1.

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

**Polévka:** Hovězí vývar s játrovým kapáním a nudlemi /1a,b,c,d,3,9

**Hlavní jídlo:** Krůtí nudličky, polentová kaše, jarní zelenina / 1a,b,c,d,7

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

# DĚTSKÁ SKUPINA JAHODA ALBERTOV

# JÍDELNÍČEK



## Čtvrtek 15.1.

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

**Polévka:** Z červené čočky a rajčat /1a,b,c,d

**Hlavní jídlo:** Hamburská kýta, houskový knedlík /1a,b,c,d,3,7,9,10

**Svačina:** Ovesná kaše se švestkami a skořicí 150 ml / 1a,b,c,d,7

## Pátek 16.1.

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

**Polévka:** Vegetariánská gulášovka se sójou /1a,b,c,d,6

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

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

## Pondělí 19.1.

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

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

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

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

## Úterý 20.1.

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

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

**Hlavní jídlo:** Kuřecí kousky, fazolky /1a,b,c,d,7

**Svačina:** Koláč vázaný s tvarohovou náplní 60g, mléko 200ml / 1a,b,c,d,3,7

# DĚTSKÁ SKUPINA JAHODA ALBERTOV

# JÍDELNÍČEK



## Středa 21.1.

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

**Polévka:** Boršč /1a,b,c,d,9

**Hlavní jídlo:** Krůtí sekaná s quinoou, bramborová kaše, okurka /1a,b,c,d,3,7,10

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

## Čtvrtek 22.1.

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

**Polévka:** Hrachová /1a,b,c,d,7

**Hlavní jídlo:** Rýžové nudle, satay omáčka s kuřecím masem, sezam /1a,b,c,d,5,7,8a,b,c,d,e,11

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

## Pátek 23.1.

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

**Polévka:** Česneková s vejcem a bramborem /3

**Hlavní jídlo:** Sójové soté se zeleninou a paprikou, jasmínová rýže /1a,b,c,d,6,7

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

## Pondělí 26.1.

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

**Polévka:** Mrkvíčkový krém se zázvorem/1a,b,c,d,7,9

**Hlavní jídlo:** Milánské sójové špagety se sýrem / 1a,b,c,d,3,6,7

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

# DĚTSKÁ SKUPINA JAHODA ALBERTOV

# JÍDELNÍČEK



## Úterý 27.1.

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

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

**Hlavní jídlo:** Kuřecí nudličky s pórkem a červenou paprikou, jasmínová rýže / 1a,b,c,d,7

**Svačina:** Domácí jablečný štrůdl 80g, mléko 200 ml / 1a,b,c,d,3,7

## Středa 28.1.

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

**Polévka:** Kuřecí vývar s těstovinou /1a,b,c,d,3,9

**Hlavní jídlo:** Krutí čevabčiči, bramborová kaše, okurka /1a,b,c,d,3,7,10

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

## Čtvrtek 29.1.

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

**Polévka:** Čočková polévka /1a,b,c,d

**Hlavní jídlo:** Hovězí na majoránce, gnocchi / 1a,b,c,d,3,7

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

## Pátek 30.1.

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

**Polévka:** Selská zelňačka /1a,b,c,d,7

**Hlavní jídlo:** Krupicová kaše s Grankem / 1a,b,c,d,7

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