

Jídelníček

leden 2021

4.1. – 8.1.

1. týden

Změna jídelníčku vyhrazena.

Strava je určena k okamžité spotřebě.

- pondělí**
4.1. pomazánka z tvrdého sýra, kaiserka, zelenina, bílá káva (1,7)
jablko, pomeranč, ovocný čaj
polévka z míchaných luštěnin (1,6,7)
těstoviny s tomatovou omáčkou, čaj s citronem (1,3,7)
makovka, ovoce, čaj s mlékem (1,7)
- úterý**
5.1. pomazánka rybí s tvarohem, chléb, zelenina, šv. čaj (1,4,7)
hruška, mandarinka, šípkový čaj
polévka vločková se zeleninou (1,7,9)
krutí plátek, dušená zelenina, brambory, čaj s citr. (1,7)
dalamánek s máslem, čerstvé vanilkové mléko (1,7)
- středa**
6.1. pomazánka ze sýra Apetito, bageta, zelenina, granko (1,7)
banán mandarinka, čaj se zázvorem
polévka česneková s bramborami a osmaženým chlebem (1,7)
svíčková na smetaně, houskový knedlík, čaj s citronem (1,3,7,9)
křehký chléb s máslem, ovoce, šv.čaj (1,7)
- čtvrtek**
7.1. pomazánka brokolicevá, chléb, zelenina, kávové mléko (1,7)
čerstvá ovocná přesnídávka (hrušky, kiwi), šípkový čaj
polévka z rybího filé (1,4,7)
vepř. řízek, br. kaše, salát z čín. zelí s křenem, čaj s citronem (1,7)
domácí termix s nutelou, šv.čaj (1,5,7)
- pátek**
8.1. chléb s máslem, obložený vejci ,sal. Okurka, šv.čaj(1,3,7)
banán jablko, ovocný čaj
polévka zelňačka (1,7)
kuřecí rizoto se zeleninou a sýrem, rajský salát, čaj (1,7,9)
celozrnný chléb s bystrickou pomazánkou, ovoce, kakao (1,7)

11. 1. – 15. 1.

2. týden

- pondělí**
11. 1. budapešť. pomazánka, chléb, zelenina, Melta (1,7)
hruška, pomeranč, čaj se zázvorem
**polévka hrachová ze zeleného hrášku s osm. chlebem
buchtičky s krémem, čaj s citronem (1,3,7)**
tmavý chléb s kedlubnovým máslem , mléko (1,7)
- úterý**
12. 1. bageta s plátkovým sýrem, žlutá paprika, granko,(1,7)
banán, jablko, ovocný čaj
polévka zeleninová s nudlemi (1,3,7,9)
mexické kuře, rýže , , čaj s citr. (1,7)
šlehaný tvaroh s jogurtem a džemem, bylinkový čaj (7)
- středa**
13. 1. pomazánka z čerstvého sýra Cottage, chléb, sal. okurka, caro(1,7)
mandarinka, banán, ovocný čaj
polévka drůbková s rýží (1,7)
šunkofleky, kyselá okurka, čaj s citr.
chléb s máslem a ředkvičkou, čerstvé mléko (1,7)
- čtvrtek**
14. 1. domácí Pařížanka, rohlík, ovocný čaj (1, 7)
jablečná přesnídávka slazená medem, šípkový čaj
polévka gulášová (1,7)
rybí filé na kmíně a másle, br. kaše,rajský salát, čaj s citr. (1,4,7)
chléb s pažitkovou pomazánkou, kávové mléko (1,7)
- pátek**
15. 1. pomazánka Krtečkova, (lučina, křen, zelenina,), rajče,
horká čokoláda(1,7)
jablko, mandarinka , ovocný čaj
polévka brokolicová (1,7)
hovězí na kapiích, brambory , čaj s citronem (1,3,7,9)
sýrový rohlík, jahodové jogurtové mléko (1,7)

18. 1. – 22. 1.

3. týden

- pondělí**
18. 1. pomazánka rybí s lučinou, chléb, červená paprika, bílá káva(1,4,7)
hruška, pomeranč, dětský bylinkový čaj
polévka zeleninová s rýží (1,7)
vaječná amoleta s bramborem a hráškem, čaj (1,3,7)
jablečný závin, kakao (1,7)
- úterý**
19. 1. chléb se šunkou, rajče , nesquik (1,7)
banán, hroznové víno, ovocný čaj
polévka hovězí s kapáním (1,3,7,9)
kuřecí ražniči, br. kaše, okurkový salát, čaj s citronem (1,3,7)
ovocný jogurt a čokoládové lupínky , čaj (1,7)
- středa**
20. 1. pomazánka tvarohová s mrkví, chléb, sal. okurka, kávové mléko(1,7)
kiwi, mandarinka, ovocný čaj
polévka krupicová se zeleninou a bramborami (1,7,9)
králík na česneku (krůta), br. knedlík, špenát, čaj s citr. (1,3,7)
rýžový chlebiček s jogurtovou polevou, vanilkový koktejl (1,7)
- čtvrtek**
21. 1. pomazánka kuřecí, ledový salát, kaiserka, Caro (1,7)
čerstvá ovocná přesnídávka (jablko, mrkev, ananas), šípkový čaj
polévka rajská s vločkami (1,7)
ml. řízek po zahradnicku, brambory, rajský salát, čaj s citr. (1,3,7)
rohlík s máslem a kedlubnou, čerstvé mléko (1,3,7)
- pátek**
22. 1. chléb s máslem a vejce natvrdo, rajče, Melta (1,3,7)
banánový shake a dětské sušenky, (1,3,7,)
polévka pórková s osmaženým chlebem (1,7)
hov. guláš, tarhoňa, čaj s citronem(1,3,7)
kukuřičné placky, jablko, jahodový kefír (1,7)

25. 1. – 29. 1.

4. týden

- pondělí**
25. 1. pomazánka tvarohová s kapií, kaiserka, zelenina, Caro (1,7)
kiwi, jablko, čaj se zázvorem
polévka z červené čočky (1,7,9)
bramborové šišky se strouhaným tvarohem, čaj s citr. (1,3,7)
chléb s bylinkovým máslem, sal. okurka, čerstvé mléko(1,7)
- úterý**
26. 1. pomazánka šunková, chléb, rajče, čerstvé mléko (1,7)
banán, mandarinka, ovocný čaj
polévka drožděná (1,3,7,9)
kuře na bylinkách, brambory, okurkový salát ,čaj s citr.(1,3,7)
drobenkový koláč s ovocem, kakao,(1,3,7)
- středa**
27. 1. pomazánka topinková, chléb, paprika, bílá káva (1,,7)
pomeranč hruška, rakytníkový čaj
polévka vývar se zeleninou a pohankou 1,7,9)
hovězí maso, rajská omáčka, houskový knedlík, čaj s citr.(1,3,7)
rýžový chlebiček s čokoládovou polevou, čerstvé mléko, (1,3)
- čtvrtek**
28. 1. pomazánka a lá krabí, bageta, led. salát, kakao (1, 4, 7)
domácí ovocná přesnídávka, šípkový čaj
polévka kuřecí s písmenky (1,3,7,9)
sekaná, bramborová kaše, červená řepa s křenem,čaj s citr.(1,3,7)
tvarohový krém s pudíngem, lesní čaj (1,7)
- pátek**
29. 1. pomazánka cizrnová, chléb, sal. okurka, mléko (1,6,7)
ovoce, dětský bylinný čaj
polévka celerová krémová s osm. houskou (1,7,9)
rizoto se špenátem a lososem, čaj s citr.(1, 4, 7)
žitný chléb s máslem, jablko, kávové mléko (1,7)