

Jídelní lístek pro měsíc prosinec 2017

1. týden

pátek 1. 12.	přesnídávka		Grahamový rohlík, vídeňský krém, mrkev, čaj černý rybíz	01a, 01c, 06, 07
	oběd	polévka	Mrkvová s hráškem	07, 09
		hlavní chod	Koprová omáčka, vejce, brambory	01a, 03, 07, 09
		dezert/salát	Bublanina s ovocem	01a, 03, 07
		nápoj	Zelený čaj s ostružinou, mléko, voda	07

2. týden

pondělí 4. 12.	přesnídávka		Žitný perník, jablko, čaj zelený s pomerančem	01a, 01b, 03, 07
	oběd	polévka	Dýňová	07, 09
		hlavní chod	Čevabčiči, petrželkové brambory	10
		dezert/salát	Mrkvový salát	-
		nápoj	Čaj lesní plody, mléko, voda	07
úterý 5. 12.	přesnídávka		Kmínový chléb, máslo, šunka, okurek, citrónový čaj	01a, 01b, 07
	oběd	polévka	Kmínová	01a, 03, 07, 09
		hlavní chod 1	Hovězí maso vařené, rajská omáčka, celozrnný knedlík	01a, 01c, 03, 06, 07, 09
		hlavní chod 2	-	-
		dezert/ salát	Jablko	-
nápoj	Čaj aloe s ostružinou, mléko, voda	07		
středa 6. 12.	přesnídávka		Chia chléb, máslo, vejce, rajče, multivitaminový čaj	01a, 01b, 03, 06, 07, 11
	oběd	polévka	Kuličková	07, 09
		hlavní chod	Králík na tymiánu, bramborové copánky	01a, 03, 07, 09
		dezert/salát	Tvarohový „Míša“	07
		nápoj	Šípkový čaj, mléko, voda	07
čtvrtek 7. 12.	přesnídávka		Rohlík, rama, marmeláda, mandarinka, ovocný čaj s broskví	01a, 07
	oběd	polévka	Rybí polévka s opečenou houskou	01a, 04, 07, 09
		hlavní chod 1	Krupičná kaše s máslem, kakaem a cukrem	01a, 07
		hlavní chod 2	Krůtí kostky na kari, dušená rýže s pohankou	09
		dezert/ salát	Ovocný salát (žlutý meloun, mandarinka kompot, hrozny)	-
nápoj	Čaj zázvor s hruškou, mléko, voda	07		
pátek 8. 12.	přesnídávka		Kmínový chléb, pomazánka „Námořnická bašta“, pórek, čaj jablko s echinaceou	01a, 01b, 04, 07
	oběd	polévka	Zeleninová (nezahuštěná)	01a, 07, 09
		hlavní chod	Pečené kuře s nádivkou, brambory s máslem	01a, 03, 07, 09
		dezert/salát	Salát z vařené červené řepy (se zakysanou smetanou)	07
		nápoj	Voda s citrónem, mléko, voda	07

## 3. týden

pondělí 11. 12.	přesnídávka		Kmínový chléb, tavený sýr, mrkev, čaj divoká malina	01a, 01b, 07
	oběd	polévka	Jáhlová se zeleninou (nezahuštěná)	09
		hlavní chod	Vepřové maso v kapustě, pažitkové brambory	01a
		dezert/salát	-	-
		nápoj	Hruškový džus, mléko, voda	07
úterý 12. 12.	přesnídávka		Kaše z ovesných vloček s jablky a skořicí, čaj jahoda e smetanou	01d, 07, 12
	oběd	polévka	Fazolová	01a, 09
		hlavní chod 1	Kuskusito (rizoto z kuskusu) s kuřecím masem	01a, 07, 09
		hlavní chod 2	Halušky s kysaným zelím	01a, 03, 07, 10
		dezert/ salát	Pomeranč	-
nápoj	Rybízový čaj, mléko, voda	07		
středa 13. 12.	přesnídávka		Lámankový chléb, pomazánka z lučiny a jablek, čaj zelená s citrónem	01a, 01b, 01c, 01d, 06, 07, 11
	oběd	polévka	Rajská	01a, 09
		hlavní chod	Čočka na kyselo, vařené vejce, kmínový chléb	01a, 01b, 03
		dezert/salát	Krájená zelenina (rajče, okurek, ledový salát)	-
		nápoj	Čaj jahoda s gingo, mléko, voda	07
čtvrtek 14. 12.	přesnídávka		Kmínový chléb, tvarohová pomazánka, rajče, čaj broskev s bacopou	01a, 01b, 07
	oběd	polévka	Maďarská rybí polévka (nezahuštěná, s mletou paprikou a rajčaty)	04, 09
		hlavní chod 1	Bramborové šišky s ořechy	01a, 07, 08c
		hlavní chod 2	Králičí nudličky na divoko, pečené brambory (nezahuštěné, pečené s kořením a suš. švestkami)	09, 12
		dezert/ salát	Kompot	-
nápoj	Čaj divoká višně, mléko, voda	07		
pátek 15. 12.	přesnídávka		Grahamová veka, máslo, okurek, čaj meduňka s jablkem	01a, 01c, 07
	oběd	polévka	Zeleninový vývar s mrkvovými noky	01a, 03, 07, 09
		hlavní chod	Krůtí nudličky na houbách, dušená rýže	01a, 09
		dezert/salát	Krájená zelenina (ředkev bílá, čínské zelí, steril. červená řepa)	10
		nápoj	Čaj lemon grass, mléko, voda	07

## 4. týden

pondělí 18. 12.	přesnídávka		Kmínový chléb, mrkvové máslo, čaj sladká švestka	01a, 01b, 07
	oběd	polévka	Ze zeleného hrášku	01a, 07, 09
		hlavní chod	Kuře na zázvoru, bramborovodýňové pyré	01a, 07, 09
		dezert/salát	Zelný salát s ananasem	-
		nápoj	Čaj ananas s mátou, mléko, voda	07
úterý 19. 12.	přesnídávka		Veselý chléb, čaj meruňka s nopálem	01a, 01b, 03
	oběd	polévka	Rumfurská	01a, 01c, 09
		hlavní chod 1	Rýžový nákyp s jablky a skořicí	03, 07, 12
		hlavní chod 2	Maso tří barev (vepřové, kuřecí, játra), dušená rýže se špaldou	01a, 01c
		dezert/ salát	Krájené ovoce (pomeranč, mandarinka)	-
nápoj	Čaj brusinkový s badyánem, mléko, voda	07		
středa 20. 12.	přesnídávka		Jablečný závin, ¼ pomeranče, vanilkové mléko	01a, 01b, 03, 07, 12
	oběd	polévka	Z červené řepy	07, 09
		hlavní chod	Smažené rybí filé, bramborový salát	01a, 03, 04, 07, 09, 10
		dezert/salát	Ovesný čtvereček se sušeným ovocem	01d, 12
		nápoj	Čaj rakytníkový „Vysočánek“, mléko, voda	07
čtvrtek 21. 12.	přesnídávka		Vita chléb, máslo, kedlubna, čaj pomeranč s meduňkou	01a, 01b, 07
	oběd	polévka	Bramborová s paprikou	01a, 09
		hlavní chod 1	Španělský ptáček, bulgur	01a, 03, 19, 10
		hlavní chod 2	Houbový kuba	01c, 09
		dezert/ salát	Ledový salát	-
nápoj	Čaj rozinka se šípkem, mléko, voda	07		
pátek 22. 12.	přesnídávka		Kmínový chléb, pomazánka „co dům dal“, čaj povzbuzující maté	01a, 01b, 03, 07
	oběd	polévka	Česnečka	09
		hlavní chod	Segedín, kynutý houskový knedlík	01a, 03, 07
		dezert/salát	-	-
		nápoj	Višňový džus, mléko, voda	07

Změna jídelníčku a alergů vyhrazena.

Jídelníček sestavily:

Hana Humpolíčková – vedoucí školní jídelny

Petra Hladíková - kuchařka

Dana Korčáková – kuchařka

Petra Bilová – pomocná kuchařka

Jaroslava Dabrowská - pomocná kuchařka