

Jídelní lístek pro měsíc květen

1. týden

pondělí 2/5 2016	přesnídávka		Kmínový chléb, máslo, vařené vejce, okurek, čaj "Ovocínek"	
	oběd	polévka	Italská	
		hlavní chod	Rizoto z drůbežího masa	
		dezert/salát	Sterilovaná řepa	
		nápoj	Bylinný čaj s meduňkou, mléko, voda	
úterý 3/5 2016	Přesnídávka		Bílý jogurt s marmeládou, rohlík, jablko, citrónový čaj s withanií	
	oběd	polévka	Bánská	
		hlavní chod 1	Perkelt z kuřat, semolinové těstoviny	
		hlavní chod 2	-	
		dezert/ salát	Banán	
nápoj	Hroznový džus, mléko, voda			
středa 4/5 2016	přesnídávka		Kmínový chléb, tvarohová pomazánka, rajče, čaj Divoká malina	
	oběd	polévka	Kedlubnová	
		hlavní chod	Maso tří barev, petrželkové brambory, zeleninová obloha	
		dezert/salát	-	
		nápoj	Čaj grep s granátovým jablkem, mléko, voda	
čtvrtek 5/5 2016	přesnídávka		Grahamová veka, chodská pomazánka, mrkev, Mateřídouškový čaj	
	oběd	polévka	Mungo	
		hlavní chod 1	Bulgurový salát s tuňákem	
		hlavní chod 2	Zbojnické krůtí nudličky, šťouchané brambory	
		dezert/ salát	-	
nápoj	Voda s limetkou, mléko, voda			
pátek 6/5 2016	přesnídávka		Kmínový chléb, pomazánka „Mlsný ovčák“, kedlubna, Čaj meduňka s jablkem	
	oběd	polévka	Mrkvová	
		hlavní chod	Vepřový závitok, dušená rýže	
		dezert/salát	Salát z čínské zeleniny	
		nápoj	Ovocný čaj s broskví, mléko, voda	

2. týden

pondělí 9/5 2016	přesnídávka		Letní salát, grahamový rohlík, zázvorový čaj	
	oběd	polévka	Farmářská	
		hlavní chod	Sekaná pečeně, pažitková brambory	
		dezert/salát	Okurkový salát	
		nápoj	Čaj broskve s bacopou, mléko, voda	
úterý 10/5 2016	přesnídávka		Kmínový chléb, mrkvové máslo, paprika, rakytníkový čaj s papayu	
	oběd	polévka	Ze zeleného hrášku	
		hlavní chod 1	Těstovinový salát s krůtím masem	
		hlavní chod 2	Pečené žampiony s nivou, brambory m. m.	
		dezert/ salát	-	
nápoj	Mátový čaj, mléko, voda			
středa 11/5 2016	přesnídávka		Vánočka, máslo, banán, mléko s kakaem	
	oběd	polévka	Bramborová s paprikou	
		hlavní chod	Mexické fazole, kmínový chléb	
		dezert/salát	Táč s ovocem	
		nápoj	Malinový džus, mléko, voda	
čtvrtek 12/5 2016	přesnídávka		Kmínový chléb, vídeňský krém, ředkvička, šípkový čaj	
	oběd	polévka	Čočková	
		hlavní chod 1	Švestkové knedlíky z bramborového těsta sypané strouhaným tvarohem	
		hlavní chod 2	Kančí kousky s brusinkovou omáčkou, bramborové copánky	
		dezert/ salát	-	
nápoj	Multivitaminový čaj, mléko, voda			
pátek 13/5 2016	přesnídávka		Chia chléb, pomazánka z lososa, pórek, čaj meruňka s nopálem	
	oběd	polévka	Droždňová se zeleninou	
		hlavní chod	Kuřecí stehno v zelí, šťouchané brambory	
		dezert/salát	Ovocný salát	
		nápoj	Voda s citrónem, mléko, voda	

3. týden

pondělí 16/5 2016	přesnídávka		Kmínový chléb, lučina, rajče, osvěžující čaj	
	oběd	polévka	Zeleninová s pohankou	
		hlavní chod	Smažený květák, petrželkové brambory, dresing	
		dezert/salát	Jahodový rozvar s jogurtem	
		nápoj	Čaj ostružina s gingerem, mléko, voda	
úterý 17/5 2016	přesnídávka		Šestizrnná bageta, sýrová pomazánka s pažitkou, okurek, čaj aloe s ostružinou	
	oběd	polévka	Fazolová	
		hlavní chod 1	Rýžový nákyp s ovocem	
		hlavní chod 2	Drůbeží játra na cibulce, pažitkové brambory, zeleninová obloha	
		dezert/ salát	Hruška (půlka)	
nápoj	Čaj Ovocínek, mléko, voda			
středa 18/5 2016	přesnídávka		Obložený chléb se šunkou a eidamem, mrkev, čaj brusinkový s badyánem	
	oběd	polévka	Brokolicová	
		hlavní chod	Vepřová kotleta s jablky, bramborová kaše	
		dezert/salát	Broskev se zakysanou smetanou	
nápoj	čaj rooibos s bylinkami, mléko, voda			
čtvrtek 19/5 2016	přesnídávka		Lámankový chléb, drožďová pomazánka se sýrem, kedlubna, čaj černý rybíz	
	oběd	polévka	Hovězí polévka s cizrou	
		hlavní chod 1	Špagety s drůbežím masem a rajčaty, sypané strouhaným sýrem	
		hlavní chod 2	Zeleninový salát se sýry a vejcem	
		dezert/ salát	Kiwi	
nápoj	Čaj rozinka se šípkem, mléko, voda			
pátek 20/5 2016	přesnídávka		Žitný perník, pomeranč, vanilkové mléko	
	oběd	polévka	Kmínová s vejci	
		hlavní chod	Svíčková na smetaně, kynutý houskový knedlík	
		dezert/salát	Pomeranč (půlka)	
nápoj	Hroznový džus			

4. týden

pondělí 23/5 2016	přesnídávka		Rohlík, carobové máslo, jahody, čaj dobré ráno	
	oběd	polévka	Z hlávkového zelí	
		hlavní chod	Rybí filé na egyptský způsob, bylinkové brambory, zeleninová obloha	
		dezert/salát	-	
		nápoj	rybízový čaj, mléko, voda	
úterý 24/5 2016	přesnídávka		Slunečnicový chléb, pomazánka ze strouhaného sýru, paprika, čaj Divoká malina	
	oběd	polévka	Rybí „Ucha“	
		hlavní chod 1	Hanácký koláč	
		hlavní chod 2	Kuřecí nudličky po indicku, bulgur	
		dezert/ salát	Jablko	
nápoj	Čaj "Vysočánek", mléko, voda			
středa 25/5 2016	přesnídávka		Kmínový chléb, pomazánka z červené čočky, mrkev, čaj borůvka s rakytníkem	
	oběd	polévka	Špenátová	
		hlavní chod	Drůbeží přírodní plátek, brambory s bylinkami	
		dezert/salát	Mrkvový salát	
nápoj	Voda s citrusy, mléko, voda			
čtvrtek 26/5 2016	přesnídávka		Vločková kaše s ovocem, čaj grep s granátovým jablkem	
	oběd	polévka	Zeleninový vývar s amarantem	
		hlavní chod 1	Králík po orientálsku, petrželkové brambory	
		hlavní chod 2	Maďarský rýžový salát	
		dezert/ salát	-	
nápoj	Čaj sladká malina s s withanií, mléko, voda			
pátek 27/5 2016	přesnídávka		Kmínový chléb, máslo, šunka, okurek, jahodový čaj se smetanou	
	oběd	polévka	Celerový krém	
		hlavní chod	Bramborový guláš, kmínový chléb	
		dezert/salát	Banán	
nápoj	Ananasový džus, mléko, voda			

5. týden

pondělí 30/5 2016	přesnídávka		Sýrový toust, rajče, čaj meruňka s nopálem	
	oběd	polévka	Hovězí s nudlemi	
		hlavní chod	Dušený hrášek s mrkví, vařené vejce, brambory m. m.	
		dezert/salát	Pečená hruška se skořicí	
	nápoj	Čaj sladká švestka, mléko, voda		
úterý 31/5 2016	Přesnídávka		Kmínový chléb, tvarohová pomazánka se smetanou, kedlubna, čaj Dobré ráno	
	oběd	polévka	Česnečka	
		hlavní chod 1	Hrachová kaše, vepřové výpečky, kmínový chléb	
		hlavní chod 2	Lasagne	
		dezert/ salát	Míchaný salát	
	nápoj	Čaj trnkový s lékořicí, mléko, voda		

Změna jídelníčku vyhrazena.

Jídelníček sestavily:

Hana Humpolíčková – vedoucí školní jídelny

Jaroslava Dabrowsková – kuchařka

Dana Korčáková – kuchařka

Petra Bilová – pomocná kuchařka