

Jídelní lístek pro měsíc listopad 2017

1. týden

středa 1. 11.	přesnídávka		Kmínový chléb, pomazánka z ryb, pórek, šípkový čaj	01a, 01b, 04, 07
	oběd	polévka	Z jarní zeleniny	01a, 07, 09
		hlavní chod	Špagety s rajčatovou omáčkou a parmazánem (bezmasé)	01a,07, 09
		dezert/salát	Jablko	-
		nápoj	Džus z červených hroznů, mléko, voda	07
čtvrtek 2. 11.	přesnídávka		Žitný perník, ½ banán, kakao	01a, 01b, 03, 07
	oběd	polévka	Mrkvová	01a, 03, 07, 09
		hlavní chod 1	Krůtí na pórku, vařené brambory	07
		hlavní chod 2	-	-
		dezert/ salát	Pudink	07
nápoj	Voda s citrónem, mléko, voda	07		
pátek 3. 11.	přesnídávka		Kmínový chléb, tvarohová pomazánka s vejci, mrkev, zelený čaj s citrónem	01a, 01b, 03, 07
	oběd	polévka	Cibulová	07, 09
		hlavní chod	Hamburská vepřová kýta, celozrnný knedlík	01a, 01c, 03, 07, 09, 10
		dezert/salát	-	-
nápoj	Čaj divoká malina, mléko, voda	07		

2. týden

pondělí 6. 11.	přesnídávka		Vita chléb, máslo, rajče, čaj sladká švestka	01a, 01b, 07
	oběd	polévka	Z rajčat (nezahuštěná)	09
		hlavní chod	Pečená ryba s bylinkami, dipp, pažitkové brambory	04, 07
		dezert/salát	Mrkvový salát	-
		nápoj	Čaj goji s limetkou, mléko, voda	07
úterý 7. 11.	přesnídávka		Kmínový chléb, vídeňský krém, okurek, čaj povzbuzující maté	01a, 01b, 07
	oběd	polévka	Mungo (fazole)	01a, 09
		hlavní chod 1	Vepřové na kmíně, dušená rýže	01a, 09
		hlavní chod 2	Celozrnný koláč se zeleninou a sýry (bezmasé)	01a, 03, 07
		dezert/ salát	Ovocný rozvar s jogurtem	07
nápoj	Lipový čaj, mléko, voda	07		
středa 8. 11.	přesnídávka		Sýrový toust, kedlubna, čaj pomerančový s papayou	01a, 01c, 07
	oběd	polévka	Mrkvovodýňový krém	01a, 07, 09
		hlavní chod	Perkelt z kuřat, semolinové těstoviny	01a, 07, 09
		dezert/salát	-	-
nápoj	Ananasový džus, mléko, voda	07		
čtvrtek 9. 11.	přesnídávka		Rajčata s mozzarellou, rohlík , čaj pomerančový s meduňkou	01a, 07
	oběd	polévka	Čočková	01a, 09
		hlavní chod 1	Krupičná kaše sypaná kakaem, skořicí a cukrem, máslo	01a, 07
		hlavní chod 2	Játra andalusie, dušená rýže s pohankou	01a, 07, 09
		dezert/ salát	Banán	-
nápoj	Čaj meduňka s jablkem, mléko, voda	07		
pátek 10. 11.	přesnídávka		Bílý jogurt s ovocem, celozrnný copánek, broskvový čaj	01a, 03, 07
	oběd	polévka	Zeleninový vývar s vločkami	01a, 09
		hlavní chod	Husa / kachna (dle nabídky) pečená, dušené zelí, bramborový knedlík	01a, 07, 09
		dezert/salát	-	-
nápoj	Voda s citrusy, mléko, voda	07		

3. týden

pondělí 13. 11.	přesnídávka		Grahamová veka, chodská pomazánka, ¼ jablíčka, čaj jahoda se smetanou	01a, 01c, 07
	oběd	polévka	Pórková	01a, 07, 09
		hlavní chod	Květákový nákyp se sýrem, petrželkové brambory (bezmasé)	01a, 01b, 03, 07
		dezert/salát	Pečená hruška se skořicí, zakysaná smetana	07
		nápoj	Čaj zázvorový s hruškou, mléko, voda	07
úterý 14. 11.	přesnídávka		Kmínový chléb, pomazánka z čočky, rajče, čaj černý rybíz	01a, 01b, 07
	oběd	polévka	Rybí „Ucha“	01a, 04, 07, 09
		hlavní chod 1	Žemlovka s jablky a tvarohem	01a, 01c, 03, 06, 07
		hlavní chod 2	Bulgurito s krutím masem a strouhaným sýrem	01a, 07, 09
		dezert/ salát	Krájené ovoce (hrozny, banán)	-
nápoj	Osvěžující bylinný čaj, mléko, voda	07		
středa 15. 11.	přesnídávka		Celozrnný šnek se šunkou a sýrem, okurek, čaj mangostana	01a, 03, 07
	oběd	polévka	Bramborová	01a, 09
		hlavní chod	Kovbojské fazole s vepřovým masem a zeleninou, kmínový chléb	01a, 01b, 09, 10
		dezert/salát	-	-
nápoj	Malinový džus, mléko, voda	07		
čtvrtek 16. 11.	přesnídávka		Kukuřičné lupínky v mléce, ½ banánu	07
	oběd	polévka	Z kysaného zelí	01a, 07, 09, 10
		hlavní chod 1	Kuřecí kapsa, bramborová kaše	07, 09
		hlavní chod 2	Zámecké brambory se žampiony (zapečené se smetanou a anglickou slaninou)	07
		dezert/ salát	Krájená zelenina (ledový salát, rajče, okurek)	-
nápoj	Čaj lesní malina, mléko, voda	07		
pátek 17. 11.	přesnídávka		Státní svátek	-
	oběd	polévka		-
		hlavní chod		-
		dezert/salát		-
		nápoj		-

4. týden

pondělí 20. 11.	přesnídávka		Kmínový chléb, lučina, okurek, citrónový čaj	01a, 01b, 07
	oběd	polévka	Vývar z kostí se špenátovým svítkem	01a, 03, 07, 09
		hlavní chod	Sekaná pečeně, šťouchané brambory	01a, 01b, 03, 07, 09
		dezert/salát	Salát ze zelených salátů (hlávkový, ledový, polníček)	-
		nápoj	Zelený čaj s granátovým jablkem, mléko, voda	07
úterý 21. 11.	přesnídávka		Chia chléb, pomazánka z hovězího masa, rajče, čaj tropický ostrov	01a, 01b, 06, 07, 11
	oběd	polévka	Z červené fazole	01a, 09
		hlavní chod 1	Alpský knedlík (kynutý knedlík plněný povidlím, přelitý vanilkovou omáčkou, sypaný mákem)	01a, 03, 07
		hlavní chod 2	Soté ze zvěřiny, celozrnné těstoviny	01a, 07, 09
		dezert/ salát	Hruška	-
nápoj	Čaj broskve s bacopou, mléko, voda	07		
středa 22. 11.	přesnídávka		Kmínový chléb, rama, marmeláda, ½ banánu, mléko s carem	01a, 01b
	oběd	polévka	Drožděná se zeleninou	01a, 09
		hlavní chod	Marinovaný králík, pažitkové brambory	01a, 09
		dezert/salát	Kynutý táč s ovocem (s přidáním celozrnné mouky)	01a, 03, 07, 10
		nápoj	Čaj trnkový s lékořicí, mléko, voda	07
čtvrtek 23. 11.	přesnídávka		Cerea houska obložená zeleninou, čaj citrónový s withanií	01a, 01b, 11
	oběd	polévka	Celerová	01a, 07, 09
		hlavní chod 1	Kuskus s tuňákem	04, 07, 09
		hlavní chod 2	Špekové koule s kysaným zelím (karlovarské knedlíky s uzeninou)	01a, 01c, 03, 07, 09, 10
		dezert/ salát	-	-
nápoj	Hruškový džus, mléko, voda	07		
pátek 24. 11.	přesnídávka		Kmínový chléb, pomazánka sýrová s česnekem, mrkev, čaj borůvka s rakytníkem	01a, 01b, 07
	oběd	polévka	Bánská polévka (polévka z brokolice, mrkve, brambor, pórku a kukuřice, zahuštěná)	01a, 09
		hlavní chod	Kuřecí plátek se sýrem, bramborová kaše	01a, 07, 09
		dezert/salát	Zelný salát s mrkví	-
		nápoj	Voda s mátou, mléko, voda	07

5. týden

pondělí 27. 11.	přesnídávka		Kmínový chléb, rama, strouhaný sýr, kedlubna, čaj piknik s rooibosem	01a, 01b, 07
	oběd	polévka	Z červené čočky	01a, 09
		hlavní chod	Dalmátské čufty (s omáčkou), bramborové copánky	01a, 03, 07, 09, 10
		dezert/salát	Broskev se zakysanou smetanou	07
		nápoj	Čaj zelený s ostružinou, mléko, voda	07
úterý 28. 11.	přesnídávka		Slunečnicový chléb, vaječná pomazánka, rajče, multivitamínový čaj	01a, 01b, 01c, 01d, 03, 06
	oběd	polévka	Brokolicový krém	07, 09
		hlavní chod 1	Máslová fazole na paprice, grahamová veka (bezmasé)	01a, 01c, 07, 09
		hlavní chod 2	Hovězí guláš, cibule, grahamová veka	01a, 01c, 09
		dezert/ salát	-	-
nápoj	Višňový džus, mléko, voda	07		
středa 29. 11.	přesnídávka		Mléčná rýže , mandarinka, čaj dobré ráno	07
	oběd	polévka	Barevná polévka s pohankou (nezahušťovaná)	09
		hlavní chod	Kuřecí nudličky po srbsku (cibule, rajčata, papriky), pažitkové brambory	01a, 09
		dezert/salát	Krájené ovoce (pomeranče, mandarinky)	-
		nápoj	Čaj jahoda s gingo, mléko, voda	07
čtvrtek 30. 11.	přesnídávka		Kmínový chléb, „pomazánkové máslo“, mrkev, čaj ananasový s átou	01a, 01b, 07
	oběd	polévka	Zabijačková	01c, 09
		hlavní chod 1	Honzovy buchty s tvarohem a povidlím (s celozrnnou moukou)	01a, 03, 07, 12
		hlavní chod 2	Penne se sýrovou omáčkou, špenátem a krutím masem	01a, 07, 09
		dezert/ salát	Kiwi	-
		nápoj	Čaj vanilkové potěšení, mléko, voda	07

Změna jídelníčku a alergenů vyhrazena.

Jídelníček sestavily:

Hana Humpolíčková – vedoucí školní jídelny

Petra Hladíková - kuchařka

Dana Korčáková – kuchařka

Petra Bilová – pomocná kuchařka