

## Jídelní lístek 7. – 11.1.2019

<b>Pondělí :</b>	Snídaně :	Houska 1,7 želetavská pěna s pažitkou 7 bylinkový čaj
	Přesnídávka:	Chléb 1,7 pomaz.tuňáková 4,7 ředkvičky
	Oběd:	Polévka italská rajčatová s bazalkou Smažený květák 1,3,7 šťouch.brambory 7 dresing 7 okurkový salát
	Svačina:	Sýrový suk 1,7 kakao 7
	Večeře:	Čínské nudle s kuřecím masem a zeleninou
	II. Večeře	Musli tyčinka 1,6,8 jablko
<b>Úterý:</b>	Snídaně:	Grahamový rohlík 1,6 česneková pomaz. 7 čaj
	Přesnídávka:	Chléb 1,7 šunkové pomazánkové máslo 7 jablko
	Oběd:	Polévka bramborová 9 Štěpánská hovězí pečeně 1,3 rýže
	Svačina:	Loupáček 1,3,7 cola cao 7
	Večeře:	Toasty zapečené se sýrem 1,7 zelenina
	II. Večeře	Jogurt 7
<b>Středa:</b>	Snídaně:	Rozpečená kaiserka 1,3,7,11 bílá káva 7
	Přesnídávka:	Raženka 1,7 pomaz.ze sardinek v tomatě 4,7 jablko
	Oběd:	Polévka vločková se zeleninou 1,9 Rybí sekaná 1,3,4,10 bramb.kaše 7 zelný salát s křenem
	Svačina:	Chléb 1,7 pomaz.budapešťská 7 s plátkem okurku
	Večeře:	Honzovy tvarohové bučky 1,3,7 mléko
	II.Večeře	Chléb 1,7 pažitkové máslo 7 jablko
<b>Čtvrtek :</b>	Snídaně :	Chia bagetka 1,6 šunkové máslo 7 bylinkový čaj
	Přesnídávka:	Jáhlová kaše s probiotiky 1,7 ovoce
	Oběd:	Cizrnový krém 1,7,9 Králík na paprice 1,7 těstoviny 1,3,7
	Svačina:	Chléb 1,7 s máslem 7 vař.vejcem 3 a pažitkou, frapko 7
	Večeře:	Vepřové v mrkvi 1 brambory
	II.Večeře	Jogurt 7
<b>Pátek:</b>	Snídaně:	Cereální hvězdička 1,6,11 s Apetitem 7 čaj
	Přesnídávka:	Chléb 1,7 rozhuda 7 s cherry rajčetem, mléko 7
	Oběd:	Polévka hovězí s nudlemi 1,3,9 Povidlové knedlíky sypané tvarohem 1,3,7
	Svačina:	Korrspitz s máslem 7 a Vysočinou, jablko

Jídelní lístek sestavila dle metodiky k propočtům spotřebního koše potravin ve školních jídelnách podle vyhl.č. 463/2011 Sb. o školním stravování a dle Nutričního doporučení MZ : Škaroupková Iveta  
Schváleno stravovací komisí - předsedkyně : Bc. Radová Markéta  
Kuchařka : Berkyová Miroslava  
Pitný režim zajištěn po celý den.Internátním strážníkům, kteří ve školním roce dovrší 15 let věku, jsou zajištěny II.večeře.

Seznam alergenů:	<b>1.</b> Obiloviny obsahující lepek, <b>2.</b> korýši, <b>3.</b> vejce, <b>4.</b> ryby, <b>5.</b> podzemnice olejná (arašídy), <b>6.</b> sója, <b>7.</b> mléko, <b>8.</b> skořápkové plody, <b>9.</b> celer, <b>10.</b> hořčice, <b>11.</b> sezamová semena (sezam), <b>12.</b> oxid siřičitý a siřičitany, <b>13.</b> vlní bob (lupina), <b>14.</b> měkkýši
------------------	---

## Jídelní lístek 14. – 18.1.2019

<b>Pondělí:</b>	Snídaně :	Veka 1,7 s pažitkovým sýrem 7 bylinkový čaj
	Přesnídávka:	Vánočka 1,3,7 medové máslo 7 kakaové granko 7
	Oběd:	Polévka gulášová 1,9 Těstoviny se slaninou a kysaným zelím 1,3,7 ovoce
	Svačina:	Chléb 1,7 hermelínová pěna 7 kapie
	Večeře:	Pečené kuře 7 rýže, ovocný kompot
	II. Večeře	Jogurt 7
<b>Úterý:</b>	Snídaně:	Kornbageta 1,6 žervé s ředkvičkami 7 čaj
	Přesnídávka:	Zakysaná smetana 7 skořicové kroužky 6,7 ovoce
	Oběd:	Polévka milionová s vejcem 1,3,9 Krůtí řízek 1,3,7 bramb.kaše 7 šopský salát 7
	Svačina:	Chléb 1,7 pomaz. z tresčích jater 4,7 mléko 7
	Večeře:	Florentýnské špagety se špenátem a sýrem 1,7
	II. Večeře	Pečivo 1,6 sýr trojúhelníček 7 jablko
<b>Středa:</b>	Snídaně:	Chléb 1,7 Ricotta 7 s rajčetem, čaj
	Přesnídávka:	Banánový koktejl 7 houska 1,7
	Oběd:	Vývar s játrovými knedlíčky 1,3,9 Rizoto s hlívou ústřičnou sypané sýrem 7 červená řepa
	Svačina:	Celozrnný trojhránek 1,6,8 pomaz. drožd'ová 3,7,10 jablko
	Večeře:	Koblížky s povídlím a šlehačkou 1,3,7 kakao
	II. Večeře	Jogurt 7
<b>Čtvrtek :</b>	Snídaně :	Moskevský chléb 1,6 pomaz. bylinková, čaj
	Přesnídávka:	Sýrový uzel 1,7 cola cao 7
	Oběd:	Polévka hrstková 1,9 Hovězí pečeně, brambory, máslová baby karotka 7
	Svačina:	Chléb 1,7 pomaz. zálesácká 7 jablko
	Večeře:	Vepřové maso na zelenině, tarhoňa 1,7
	II. Večeře :	Plněný perník 1,3,6,8 jablko
<b>Pátek:</b>	Snídaně:	Dalamánek 1,6 pomaz. mozaiková 3,7 čaj
	Přesnídávka:	Chléb 1,7 třená niva 7 mléko 7
	Oběd:	Polévka česneková s krupkami 1,9 Čuftý v rajské omáčce 1,3,7 houskový knedlík 1,3,7
	Svačina:	Ovoce

Jídelní lístek sestavila dle metodiky k propočtům spotřebního koše potravin ve školních jídelnách podle vyhl.č. 463/2011 Sb. o školním stravování a dle Nutričního doporučení MZ: Škaroupková Iveta  
Schváleno stravovací komisí - předsedkyně : Bc. Radová Markéta

Kuchařka : Berkyová Miroslava

Pitný režim zajištěn po celý den. Internátním strávnickům, kteří ve školním roce dovrší 15 let věku, jsou zajištěny II.večeře.

Seznam alergenů:	1. Obiloviny obsahující lepek, 2. korýši, 3. vejce, 4. ryby, 5. podzemnice olejná (arašídý), 6. sója, 7. mléko, 8. skořápkové plody, 9. celer, 10. hořčice, 11. sezamová semena (sezam), 12. oxid siřičitý a siřičitany, 13. vlní bob (lupina), 14. měkkýši
---------------------	---

## Jídelní lístek 21. – 25.1.2019

<b>Pondělí:</b>	Snídaně:	Chléb 1,7 sýrový krém 7 čaj
	Přesnídávka:	Cereální hvězdička 1,6,8 krabí pomaz. 2,7 4,7 jablko
	Oběd:	Polévka čočková 9 Smetanový špenát 1,3,7 gnocchi 1 vejce 3
	Svačina:	Perníkový řez 1,3,7 frapko 7
	Večeře:	Játrová omáčka 1,7 rýže
	II. Večeře	Musli tyčinka 1,6,8 jablko
<b>Úterý:</b>	Snídaně:	Chléb 1,7 pomaz. mozaiková 7 čaj
	Přesnídávka:	Řecký jogurt s medem 7 amarantové pecičky 6,7 ovoce
	Oběd:	Dýňový krém 7,9 Ryba mahi-mahi zapeč.se sýrem 4,7 br.kaše 7 salát Colleslaw 7
	Svačina:	Chia bagetka 1,6 pomaz.tvarohová s jarní cibulkou 7 mléko 7
	Večeře:	Znojemská pečeně 1 kolínka 1,3,7
	II. Večeře	Chléb 1,7 máslo 7 šunka, jablko
<b>Středa:</b>	Snídaně:	Sýrové toasty 1,7 se zeleninou, bylinkový čaj
	Přesnídávka:	Čokoládový pudink s piškoty 1,3,7 ovoce
	Oběd:	Polévka minestrone 9 Hovězí chilli con carne 1 jasmínová rýže
	Svačina:	Chléb 1,7 pomaz.liptovská 7 karotka
	Večeře:	Pečené česnekové brambory, mléko 7
	II.Večeře	Knuspi 1,7 sýr trojúhelníček 7 jablko
<b>Čtvrtek:</b>	Snídaně:	Moskevský chléb 1,6 pomaz.máslo s kapií 7 kakao 7
	Přesnídávka:	Ovocná miska
	Oběd:	Polévka z vaječné jíšky 1,3,9 Kuřecí roláda plněná zeleninou, šť.brambory s pažitkou 7 salát z čínského zelí s ovocem
	Svačina:	Chléb 1,7 lososová pěna 4,7 ředkvičky
	Večeře:	Makový závin 1,3,7 mléko 7
	II.Večeře	Jogurt 7
<b>Pátek:</b>	Snídaně:	Chléb 1,7 s máslem 7 a strouhaným ementálem 7 čaj
	Přesnídávka:	Houska 1,7 pomaz. čočková 7 mléko 7
	Oběd:	Valašská kyselica 1,7,9 Zapečené šunkové flíčky 1,3,7 okurkový salát s rajčaty
	Svačina:	Tvarohová kapsa 1,3,7 jablko

Jídelní lístek sestavila dle metodiky k propočtům spotřebního koše potravin ve školních jídelnách podle vyhl. č. 463/2011 Sb. o školním stravování a dle Nutričního doporučení MZ: Škaroupková Iveta  
Schváleno stravovací komisí - předsedkyně : Bc. Radová Markéta  
Kuchařka: Berkyová Miroslava  
Pitný režim zajištěn po celý den. Internátním strávníkům, kteří ve školním roce dovrší 15 let věku, jsou zajištěny II. večeře.

Seznam alergenů:	<b>1.</b> Obiloviny obsahující lepek, <b>2.</b> korýši, <b>3.</b> vejce, <b>4.</b> ryby, <b>5.</b> podzemnice olejná (arašídy), <b>6.</b> sója, <b>7.</b> mléko, <b>8.</b> skořápkové plody, <b>9.</b> celer, <b>10.</b> hořčice, <b>11.</b> sezamová semena (sezam), <b>12.</b> oxid siřičitý a siřičitany, <b>13.</b> vlnič bob (lupina), <b>14.</b> měkkýši
---------------------	--

## Jídelní lístek 28. – 31.1.2019

<b>Pondělí:</b>	Snídaně:	Cornflakes s mlékem 1,7,8
	Přesnídávka:	Cereální rohlík 1,6,11 pomaz.želetavská s česnekem 7 frapko 7
	Oběd:	Polévka rajčatová s bulgurem 1,7,9 Hrachová kaše 1 šunka, chléb 1,7 okurek 10
	Svačina:	Raženka 1,7 tuňákový krém 4,7 jablko
	Večeře:	Masové placičky se sýrem, br.kaše 7 ledový salát
	II. Večeře	Jogurt 7
<b>Úterý:</b>	Snídaně:	Chléb 1,7 s máslem 7 vař.vejcem 3 a pažitkou, čaj
	Přesnídávka:	Domácí pribinka 1,7 skořicové polštářky 6,7 ovoce
	Oběd:	Žampionový krém 7,9 Kuřecí přírodní plátek, šťouch.brambory 7 fazolky na slatině
	Svačina:	Kornspitz 1,6 pomaz.vyšebrodská 7 mléko 7
	Večeře:	Krupičná kaše se skořicí 1,7 ovocný kompot
	II. Večeře	Chléb 1,7 máslo 7 eidam 7 jablko
<b>Středa:</b>	Snídaně:	Rozinkový drdol 1,3,7 kakao 7
	Přesnídávka:	Celozrnná rozpečená kaiserka 1,6,11 domácí Lučina 7 s pažitkou
	Oběd:	Polévka cibulová se sýrovými nočky 1,3,7,9 Džuveč (vepř.maso, rajčata, papriky) 1 rýže
	Svačina:	Chléb 1,7 s máslem 7 a Vysočinou, jablko
	Večeře:	Restovaná ryba 4,7 brambory, okurkový salát
	II.Večeře	Jogurt 7
<b>Čtvrtek:</b>	Snídaně:	Chléb 1,7 Duko 7 s kapií, čaj
	Přesnídávka:	Veka 1,7 pomaz. z olejovek 4,7 bílá ředkev
	Oběd:	Polévka míchaná luštěninová 1,9 Tvarohovo – povidlový závin, kakao 7
	Svačina:	Ovoce
	Večeře:	
	II.Večeře	
<b>Pátek:</b>	Snídaně:	
	Přesnídávka:	
	Oběd:	
	Svačina:	

Jídelní lístek sestavila dle metodiky k propočtům spotřebního koše potravin ve školních jídelnách podle vyhl. č. 463/2011 Sb. o školním stravování a dle Nutričního doporučení MZ: Škaroupková Iveta  
Schváleno stravovací komisí - předsedkyně : Bc. Radová Markéta  
Kuchařka: Berkyová Miroslava  
Pitný režim zajištěn po celý den. Internátním strávníkům, kteří ve školním roce dovrší 15 let věku, jsou zajištěny II. večeře.

Seznam alergenů:	<b>1.</b> Obiloviny obsahující lepek, <b>2.</b> korýši, <b>3.</b> vejce, <b>4.</b> ryby, <b>5.</b> podzemnice olejná (arašídý), <b>6.</b> sója, <b>7.</b> mléko, <b>8.</b> skořápkové plody, <b>9.</b> celer, <b>10.</b> hořčice, <b>11.</b> sezamová semena (sezam), <b>12.</b> oxid siřičitý a siřičitany, <b>13.</b> vlní bob (lupina), <b>14.</b> měkkýši
---------------------	---