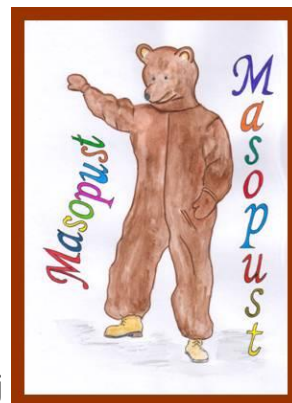


J í d e l n í l í s t e k

Mateřská škola Čapkova, Litvínov

Od 11.2.2019 – Do 15.2.2019



Pondělí: Pitný režim: zelený čaj, voda citronová

Přesnídávka: Jáhlová kaše s banánem a kakaem 7, čaj, jablka

Polévka : Brokolicová

Oběd : Tilapie zapečená sýrem 4,7, vařený brambor, okurkový salát, čaj

Svačina: Chléb poddubák 1, pomazánka z kořenové zeleniny 7,9, čaj, granko 7, ozdoba zeleniny

Úterý: Pitný režim : růžový čaj, voda s citronem a pomerančem

Přesnídávka: Chléb poddubák 1, pomazánka ze sardinek 4,7, čaj, ředkvičky, kedluben

Polévka: Zeleninová s bulgurem 1,9

Oběd : Koprová omáčka 7, vařené vejce 3, špaldový knedlík 1,3, čaj

Svačina : Tmavý rohlík 1 s cizrnovou pomazánkou 6,7, čaj, jablka, ozdoba zeleniny

Středa: Pitný režim: ovocný čaj , citronová voda

Přesnídávka: Chléb ořechový 1,8, pomazánka z tofu, eidamu 6,9, mléko 7, čaj, pomeranč

Polévka: Masový vývar s krupicovými noky a zeleninou 1,3,9

Oběd: Masopustní pekáč , bramborová kaše s celerem 7,9, zeleninová obloha, čaj

Svačina: Domácí vafle s čokoládou 1,3,7, kakauko 7, čaj

Čtvrtek: Pitný režim : ovocný ča s medem a citronemj, voda s limetkou a zázvorem

Přesnídávka: Chléb moskva 1, pomazánka ze žervé 7, mléčné ovocné 7, čaj, karotka, kapie

Polévka : Zeleninová s pohankou 9

Oběd : Boloňská omáčka s kuřecím masem a špagety 1, čaj, sirup

Svačina : Miska z exotického ovoce / kiwi, mandarinky, banán /, čaj, rohlík diskont 1

Pátek: Pitný režim: růžový čaj, citronová voda s pomerančem

Přesnídávka: Chléb kmínový 1, pomazánka mrkvová s lučinou 7, mléko 7, čaj, hrušky

Polévka: Bramboračka 1,9

Oběd: Zeleninové rizoto s kuskusem, tarhoňou, rýží a strouhaným sýrem 1,7, čaj

Svačina: bageta 1 s pomazánkovým máslem 7, ozdoba kapie, čaj

změna v jídelníčku vyhrazena
pitný režim po celý den

Základem pomazánek v 95% je lučina, žervé, pomazánkové máslo a tvaroh.
Pouze v některých případech používáme jako základ klasické máslo a ramu.

Polévky a omáčky jsou z větší části zahušťované cizrnou, špaldovou, rýžovou moukou, kukuřičnou moukou, nebo mletými ovesnými vločkami, zeleninou

Kuchařky: Nořinská J.
Ranftlová V.

VŠJ : Tůmová Marie

